L'ÉDUCATION PHYSIQUE À L'ÉLÉMENTAIRE

GUIDE PÉDAGOGIQUE
1983

Language Services

Alberta
EDUCATION

L'éducation physique à l'élémentaire

Guide pédagogique

Alberta
Education
1985

Ce document est une publication de service. L'information présentée l'est à titre de suggestion seulement, sauf dans le cas où le contenu de ce guide est conforme au Programme d'études élémentaire. Les pages, qui sont imprimées de la même manière que la présente note, représentent le contenu du Programme d'études qui est obligatoire.

REMERCIEMENTS

Alberta Education désire exprimer sa gratitude aux personnes qui ont contribué à l'élaboration du programme d'éducation physique à l'élémentaire et à la préparation de ce guide pédagogique.

Pauline Alberts - Faculty of Physical Education, University of Calgary

Jane Bajnok - Calgary Public School District N° 19

Terry Banfield - County of Strathcona N° 20

Judy Booty - Calgary Catholic School District N° 1

Andrea Borys - Faculty of Education, University of Alberta

Pat Brand Faculty of Education, University of Alberta

Irene Bruzga - Calgary Public School District N° 19

Dan Cooney - Red Deer Regional Office, Alberta Education

Barry Davis - County of Minburn N° 27

Elaine Harasymiw - Language Services Branch, Alberta Education

Mike Hay - Edmonton Public School District N° 7

Ed. Henderson - Lethbridge Public School District N° 51

Harry Hohol - Edmonton Public School District N° 7

Ardis Kamra - Alberta Education

Pat Komanchuk - Medicine Hat Catholic School District N° 21

Eugene Kulmatychi - Red Deer Public School District N° 104

Kip Kurylo - Grande Prairie School District N° 2357

Mary Lyseng - Alberta Education

Glen Manyluk - Red Deer Regional Office, Alberta Education

Diane McAmmond - Alberta Social Services and Community Health

Ken McKenna - Alberta Education

Joy Monk - Calgary Catholic School District N° 1

Terry Mott - Alberta Education

Arnold Murray - Alberta Medical Association

Leroy Pelletier	-	Calgary Catholic School District N° 1
Bernie Potvin	-	Faculty of Education, University of Alberta
Jay Pritchard	-	Calgary Public School District N° 19
Doreen Ryan	-	Edmonton Separate School District N° 7
Guy Spencer	-	Grande Prairie School District N° 2357
Anthony Taylor	-	Sturgeon School Division N° 24
Jim Zook	-	Lethbridge Public School District N° 51

Équipe de production:

Responsables de l'adaptation française	:	**Huguette Hébert** Faculté Saint-Jean Université de l'Alberta **Jacqueline St-Jean** Alberta Education
Conseillère en ressources pédagogiques	:	**Jacqueline St-Jean** Alberta Education
Coordinatrice de la production	:	**Jocelyne Bélanger** Alberta Education
Photographies	:	**Chuck Evans** **Bernie Potvin** **Commission des écoles publiques d'Edmonton** **Commission des écoles publiques de Calgary**
Dactylographie	:	**Louise Chady** Alberta Education
Montage	:	**Anne Geoffrion**

TABLE DES MATIÈRES

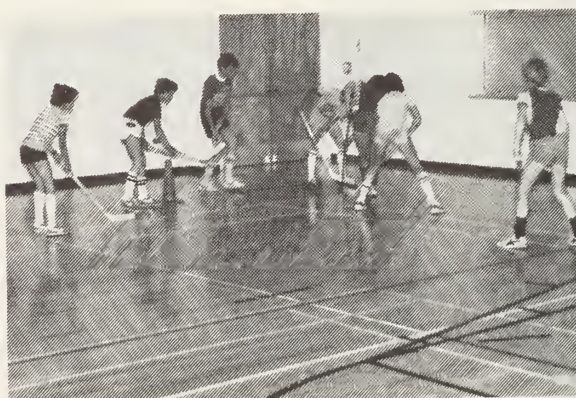
Pour éviter d'alourdir le texte, nous nous conformons dans le présent guide à la règle de grammaire qui permet d'utiliser le masculin avec une valeur de neutre lorsqu'on parle en général. Par exemple, il est clair que lorsqu'on utilise le mot "enseignant", ce masculin inclut un enseignant de l'un ou l'autre sexe.

COMPOSANTES

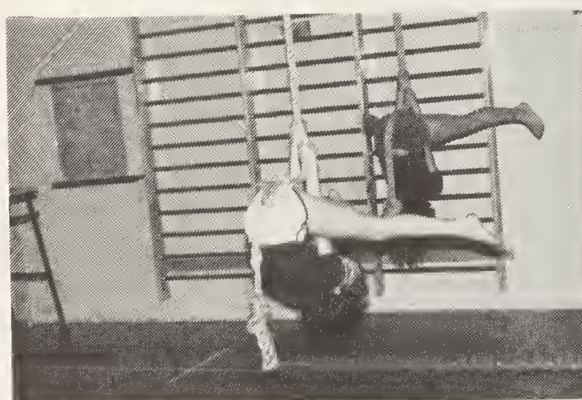
CONDITIONNEMENT PHYSIQUE



JEUX



GYMNASTIQUE





DANSE



PLEIN AIR



ATHLÉTISME



ACTIVITÉS
AQUATIQUES

I. INTRODUCTION

A. Avant-propos

Le mouvement est l'expression de la vie. Toute activité humaine, du travail aux loisirs, en passant par les activités même les plus banales, s'exprime par le mouvement. L'éducation physique tente de contribuer à notre connaissance, à notre compréhension et à notre maîtrise du mouvement.

Cette contribution peut s'avérer précieuse si, à la fin de leurs études, les enfants en comprennent l'importance dans toutes leurs activités et, ce qui est encore plus important, s'ils arrivent à connaître leur potentiel et leurs limites. Tous les enfants devraient pouvoir explorer et découvrir de nouveaux mouvements, les pratiquer, et perfectionner ceux qui leur serviront dans de nombreuses activités physiques. Ils acquerront ainsi un sentiment de confiance dans leurs habiletés motrices, qu'elles soient associées à leur travail, à leurs loisirs ou à leur vie de tous les jours. Tous les enfants devraient posséder les connaissances, la compréhension et la maîtrise nécessaires dans toute situation qui exige un mouvement quelconque. Lorsque ces habiletés sont acquises en bas âge, elles sont plus susceptibles de faire partie intégrante de l'enfant, que si elles étaient acquises plus tard.

Les mouvements sont très personnels et diffèrent d'une personne à l'autre. Cela est dû non seulement aux aptitudes différentes de chacun, mais aussi à leur capacité d'apprentissage dans un domaine donné. De plus, l'hérédité et l'environnement influencent la croissance et le développement. Il faut donc reconnaître l'existence de ces différences et agir en conséquence. Dès lors, il faudra tenir compte de ces différences lors de la mise en oeuvre du type de programme et du type de situation d'apprentissage. On doit offrir à chaque enfant la possibilité d'apprendre, à son propre rythme, de nouveaux mouvements et de nouvelles habiletés, sans oublier que leur acquisition est en fonction directe des capacités, de la croissance et du développement de l'enfant . Toutes ces conditions

supposent une approche individualisée dans l'enseignement de l'éducation physique. L'enseignant doit structurer son enseignement, afin d'offrir la flexibilité nécessaire pour répondre aux besoins de tous les enfants dans la classe.

L'éducation physique vise à l'épanouissement complet de l'enfant au moyen d'activités physiques sélectionnées. En tant que composante essentielle du programme scolaire, l'éducation physique contribue aux développements physique, mental, social et affectif de l'enfant. Il est donc évident que l'éducation physique a un rôle à jouer dans l'expérience totale de l'enfant à l'école.

Comme l'évolution de l'enfant est implicite en éducation de par l'acquisition de connaissances et d'expériences, l'évolution en éducation physique est implicite de par la pratique du mouvement. Les enfants, surtout au niveau élémentaire, bougent naturellement et librement. Chacun a son rythme, mais l'enseignant doit aussi reconnaître que les enfants passent par divers stades de croissance et de développement. Les enseignants en éducation physique doivent tenir compte de ces stades.

Ce sont les activités naturelles des enfants de six, sept, et huit ans qui déterminent le contenu du programme à l'élémentaire. L'observation des enfants permet de voir quels mouvements leur sont naturels. Les enfants de cet âge aiment courir, sauter, sauter à la corde, se rouler, grimper et se tenir en équilibre dans des positions variées. Ils aiment communiquer idées et sentiments par leurs mouvements. Ils manifestent beaucoup d'intérêt pour les jeux qui font usage de balles, de ballons et de bâtons. Si on les laisse à eux-mêmes, ils inventent des jeux multiples et des compétitions de tous genres. Les activités de course, de saut, d'équilibre et de roulades les amènent à la gymnastique. Par l'intermédiaire de la gymnastique, on tente de développer les habiletés nécessaires à la maîtrise du corps. Cette maîtrise s'impose lorsqu'on veut apprendre à manier les appareils, participer à des jeux, nager, ou dans le cadre d'activités de plein air, d'athlétisme et de danse. L'emploi du mouvement dans l'expression des idées et des sentiments se transforme tout naturellement en programme de danse. Les activités qui font usage d'une balle ou d'un ballon, d'un bâton ou d'une palette, sont à base du programme de jeux.

Le programme d'éducation physique se veut progressif. En 4e, 5e et 6e année, le programme poursuit les expériences des premières années. Le programme de gymnastique devient plus exigeant, au fur et à mesure qu'il faut plus d'habileté pour maîtriser son corps. La danse, plus abstraite, exige davantage d'habileté; quant aux jeux, ils exigent une plus grande flexibilité du corps et de l'esprit à mesure que les groupes grossissent et que les habiletés sont plus difficiles à acquérir. Les jeux d'équipe prennent de l'importance à mesure que les enfants apprennent à travailler ensemble, à accepter des responsabilités et à jouer un rôle de chef ou d'équipier.

Le programme d'éducation physique comprend toujours les composantes suivantes: jeux, gymnastique et danse. On lui en a ajouté quatre nouvelles: les activités de plein air, les activités aquatiques, l'athlétisme et le conditionnement physique.

Le but de ce guide est de donner aux enseignants un document qui leur permettra de mettre en oeuvre le programme d'éducation physique à l'élémentaire, à l'aide d'activités significatives et progressives. Le guide présente une gamme de pratiques et de procédés qui devraient permettre à l'enseignant de satisfaire aux besoins des enfants en matière d'éducation physique.

Ce guide devrait être employé parallèlement avec le Programme d'études - élémentaire et les ressources pédagogiques mentionnées aux pages 125 - 131 de ce guide. Les buts et les objectifs du programme d'éducation physique à l'élémentaire se retrouvent aussi dans ce guide. Les objectifs du programme sont repris au chapitre, Étendue et séquence des activités, et l'enseignant peut s'inspirer de ces listes d'activités pour préparer ses cours. Ce guide devrait servir de base à la planification de tout programme d'éducation physique. Les ressources pédagogiques qui ont été retenues pour les jeux, la gymnastique, le conditionnement physique, les activités de plein air, les activités aquatiques et l'athlétisme fournissent des exemples d'activités.

B. Raison d'être de l'éducation physique

La raison d'être de l'enseignement de l'éducation physique trouve sa source dans le texte: **Les buts de l'éducation fondamentale en Alberta**, adopté par l'Assemblée législative de l'Alberta en 1978. Voici quelques-uns des objectifs qu'on y retrouve:

> "En tant qu'élément constituant de l'éducation, l'enseignement assume la responsabilité première et précise des buts spécifiques qui sont à la base des buts généraux de l'éducation. Les programmes et les activités seront conçus, enseignés et évalués à partir de ces buts spécifiques. Ainsi, l'on donnera aux élèves des occasions et des moyens d'acquérir des connaissances et de développer des habiletés, des attitudes et des habitudes qui contribueront à leur bien-être physique, mental et social.

> "La réalisation des buts généraux de l'éducation doit être perçue comme une responsabilité partagée par la communauté. Il y a apprentissage maximal, lorsqu'il y a corrélation entre les efforts et les attentes des diverses composantes qui influencent les enfants. En tenant compte des connaissances qui ont, ou n'ont pas été acquises à travers les diverses influences dans la communauté parmi lesquelles le foyer est très important, l'école s'efforcera de développer chez l'enfant:
>
> - la curiosité intellectuelle et un désir continu d'apprendre;
> - l'autodiscipline, la connaissance et l'appréciation de ce qu'il est, par l'évaluation objective de ses capacités et de ses limites;
> - l'intérêt pour les projets culturels et récréatifs."

C. But de l'éducation physique

L'éducation physique se donne comme but d'assurer le développement physique de la personne, pour qu'en retour, cette personne considère l'activité physique comme un élément essentiel à un mode de vie sain et actif. Le programme d'éducation physique fait partie intégrante du programme scolaire. Par des expériences centrées sur le mouvement, l'éducation physique établit les bases, à partir desquelles le développement de chacun peut être maximisé dans les domaines cognitif, affectif et psychomoteur.



Tout cours d'éducation physique bien préparé offre des activités sélectionnées et progressives, qui s'intègrent dans un programme global et qui permettent à l'enfant d'en arriver à un mouvement prédéterminé et bien exécuté. A ce niveau, l'enfant peut donner une performance physique correspondant à son stade de développement.

L'approche pédagogique qui prévaut, de nos jours, en éducation physique se fonde sur les travaux de Rudolph Laban. Bien que ses recherches aient avant tout porté sur la danse, certains les ont adaptées à d'autres secteurs de

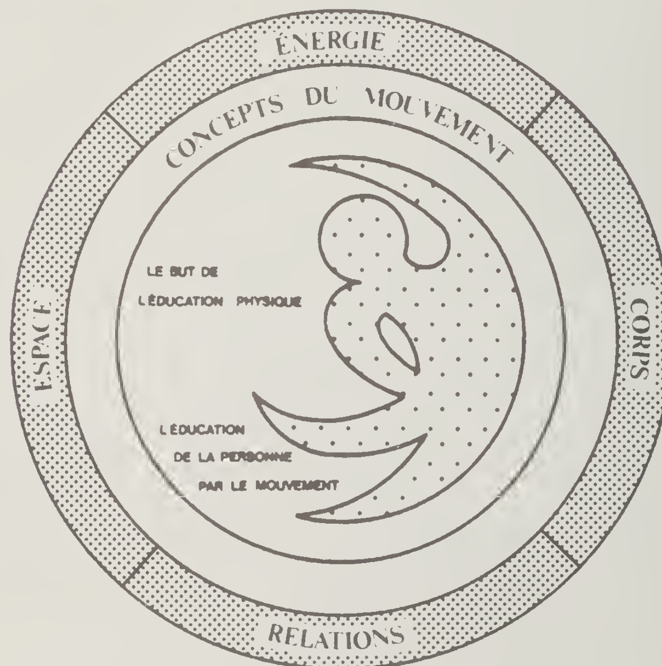
l'éducation physique. On utilise quatre grands concepts pour définir le mouvement en éducation physique:

1. **La prise de conscience du corps - "Ce que" le corps déplace.**

   - les parties du corps
   - les formes du corps
   - le transfert du poids (ex.: une roue)
   - les appuis (ex.: un appui à la barre)
   - les équilibres (ex.: l'équilibre sur la tête)

2. **La prise de conscience de l'espace - "Où" le corps se déplace.**

   - les directions
   - les niveaux (haut, moyen, bas)
   - les parcours (en zigzag, en ligne droite, en rond)



3. **L'énergie - "Comment" le corps se déplace.**

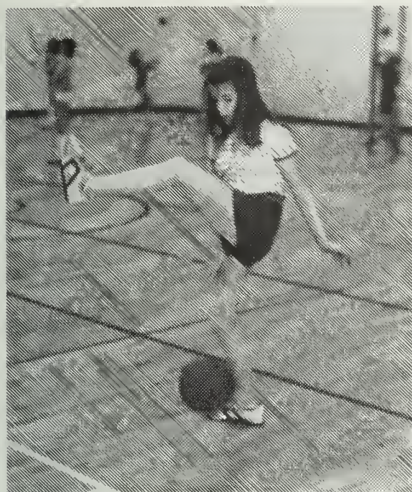
   - la vitesse (mouvement lent ou rapide)
   - la tension (mouvement fort ou léger)
   - l'exécution (mouvement saccadé ou maintenu)

4. **Les relations - "Avec qui" ou "Avec quoi" le corps se déplace.**

   - seul
   - avec un partenaire, un groupe ou une équipe
   - coopératives ou compétitives
   - avec les appareils (ex.: la barre fixe)
   - avec les accessoires (ex.: les ballons et les bâtons)

L'ANALYSE DU MOUVEMENT SE FONDE SUR QUATRE CONCEPTS:

LA PRISE DE CONSCIENCE DU CORPS



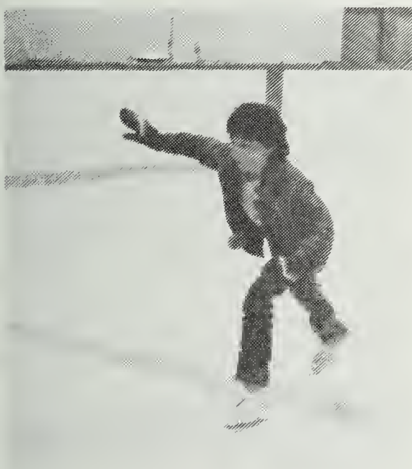
- ce que le corps déplace

LA PRISE DE CONSCIENCE DE L'ESPACE



- où le corps se déplace

L'ÉNERGIE



- comment le corps se déplace

LES RELATIONS



- avec qui, ou avec quoi, le corps se déplace

D. Trois grands domaines d'apprentissage en éducation physique

L'éducation physique contribue de façon significative à la satisfaction des besoins physiques, intellectuels et socio-affectifs de l'enfant. Le programme devrait ainsi favoriser:

1. le développement psychomoteur en ce qui a trait à l'habileté motrice et le fonctionnement physiologique nécessaire à l'accomplissement des activités physiques;

2. le développement cognitif, sur les plans connaissance, perception, mémoire, imagination, créativité, pensée et raisonnement, relié aux activités physiques;

3. le développement affectif, qui se rapporte au contrôle émotif et à l'adaptation sociale. Le développement affectif permet l'appréciation d'une activité physique comme telle, la reconnaissance de la valeur de chaque participant, et la compréhension de l'importance de l'activité physique pour le maintien d'une bonne santé.

E. Objectifs de l'éducation physique*

Ce sont les trois domaines d'apprentissage qui servent de base à la formulation des quatre objectifs suivants:

1. le programme d'éducation physique devrait favoriser le développement des habiletés motrices de l'enfant et lui permettre de les mettre en pratique dans une grande variété d'activités physiques;

2. le programme d'éducation physique devrait encourager l'enfant à développer et à maintenir une bonne condition physique;

3. le programme d'éducation physique devrait encourager l'enfant à connaître et à comprendre les facteurs affectant l'acquisition des habiletés motrices et l'appréciation de l'activité physique;

4. le programme d'éducation physique devrait encourager l'enfant à développer et à améliorer ses habiletés personnelles et ses relations avec les autres enfants, tout en adoptant une attitude positive vis-à-vis la pratique active de l'activité physique.

---

* Adapté de: **Secondary Physical Education Guide**, Ministry of Education, Province of British Columbia, 1980.

PREMIER OBJECTIF

Le programme d'éducation physique devrait favoriser le développement des habiletés motrices de l'enfant et lui permettre de les mettre en pratique dans une grande variété d'activités physiques.

À la fin du programme d'éducation physique, l'enfant devrait être capable de démontrer:

1. ses compétences dans des fonctions locomotrices telles que la marche, la course, le saut et le sautiller, ainsi que la mise en pratique de ces fonctions dans les activités physiques reliées au programme;

2. ses compétences d'action, liées aux mouvements non-locomoteurs tels que pousser, tirer, faire des flexions, s'étirer, faire des torsions ainsi que la mise en pratique de ces actions dans les activités physiques reliées au programme;

3. ses compétences motrices telles que l'équilibre, la coordination oculo-manuelle et l'agilité, ainsi que la mise en pratique de ces compétences dans les activités physiques reliées au programme;

4. ses compétences en activités de manipulation d'objets telles que lancer, attraper, botter, frapper, ainsi que la mise en pratique de ces activités dans les activités physiques reliées au programme;

5. ses compétences à s'ajuster dans l'espace, dans différentes directions, telles que les mouvements allant en avant, en arrière, de côté, ainsi que la mise en pratique de ces compétences reliées au programme;

6. ses compétences dans la résolution d'activités motrices proposées.

DEUXIÈME OBJECTIF

Le programme d'éducation physique devrait encourager l'enfant à développer et à maintenir une bonne condition physique.

À la fin du programme d'éducation physique, l'enfant devrait être capable de démontrer:

1. un niveau adéquat de développement de ses capacités physiques sur le plan de l'endurance cardio-respiratoire et musculaire, de la force et de la souplesse;

2. ses connaissances sur le développement physique en général, en termes d'âge, de taille, de poids et de type physique;

3. sa capacité d'évaluer et d'interpréter sa condition physique; et

4. l'acquisition d'un programme personnel continu de conditionnement physique.

TROISIÈME OBJECTIF

Le programme d'éducation physique devrait encourager l'enfant à connaître et à comprendre les facteurs affectant l'acquisition des habiletés motrices et l'appréciation de l'activité physique.

À la fin du programme d'éducation physique, l'enfant devrait être capable de démontrer une connaissance et une compréhension:

1. des règles, des techniques et des stratégies utilisées dans différentes activités physiques;

2. des principes du mouvement, y compris les concepts ayant trait à la mécanique du mouvement et à la sécurité, comme l'intégration du temps, de l'énergie et de l'espace, dans une phrase de mouvements;

3. des concepts et des méthodes nécessaires au développement d'une bonne condition physique (ex.: la spécificité du travail aérobique et anaérobique et l'importance de l'alimentation dans la pratique de l'activité physique);

4. des concepts physiologiques ayant trait à l'activité physique, comme l'importance d'une posture correcte et efficace, et les effets de l'exercice régulier sur les fonctions cardiorespiratoires;

5. des concepts en psychologie de l'activité physique, comme la relation entre l'activité physique et le stress physique et mental.

QUATRIÈME OBJECTIF

Le programme d'éducation physique devrait encourager l'enfant à développer et à améliorer ses habiletés personnelles, ainsi que ses relations avec les autres enfants, tout en adoptant une attitude positive vis-à-vis la pratique active de l'activité physique.

À la fin du programmme d'éducation physique, l'enfant devrait être capable de démontrer une attitude positive envers:

1. l'acquisition de compétences personnelles dans le domaine de l'activité physique;

2. ses propres capacités physiques, ainsi que celles des autres;

3. ses responsabilités envers lui-même et envers les autres;

4. l'acquisition et le maintien d'une bonne condition physique pour la vie durant;

5. l'activité physique vue comme expérience esthétique, comme par exemple, l'appréciation de la forme et du style personnels dans une phrase de mouvements;

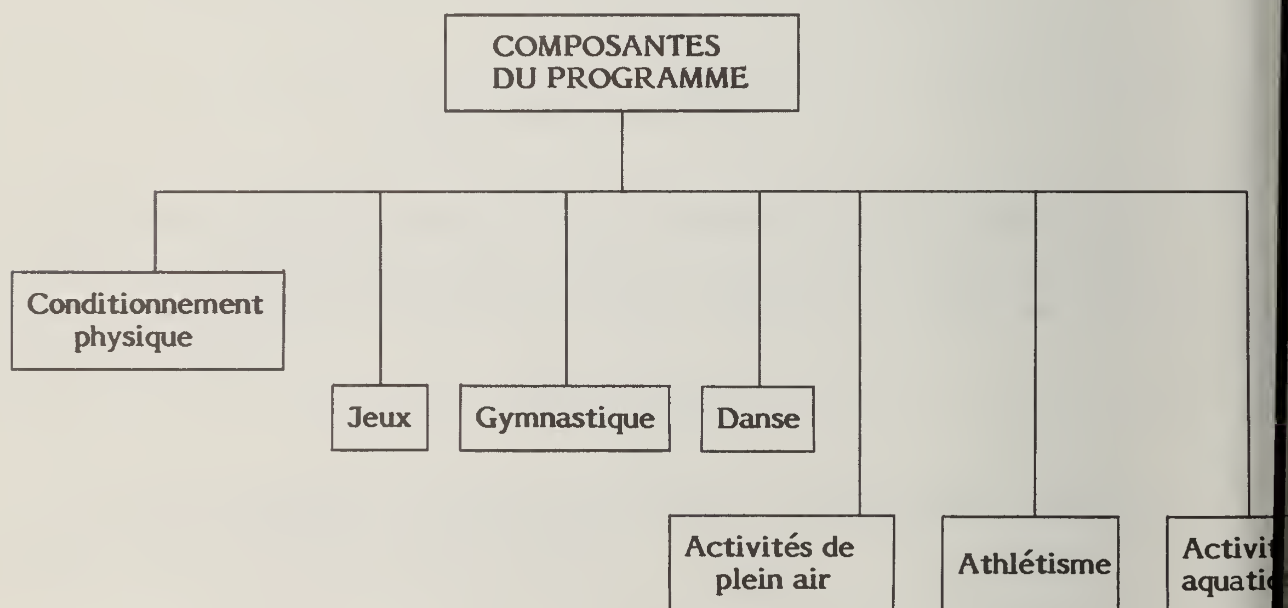
6. l'activité physique vue comme expérience sociale, comme par exemple, l'appréciation du rôle de chef dans l'expérience;

7. l'importance de l'activité physique pour le maintien d'une bonne santé et d'une bonne condition physique.

F. Composantes du programme

Dans un programme complet d'éducation physique, chaque composante est planifiée au moyen d'activités soigneusement sélectionnées, afin de contribuer au développement physique de la personne.

Tout bon programme d'éducation physique devrait comporter les sept composantes proposées. Il faut, cependant, reconnaître que pour des raisons exceptionnelles, certains enfants peuvent être dispensés de cours, et que des circonstances particulières (finances, installations, matériel, religion) peuvent limiter les choix offerts dans l'une ou l'autre des composantes.



Le conditionnement physique vise au fonctionnement optimal des systèmes cardiorespiratoire, musculaire et osseux, et contribue, dans une large mesure, à l'épanouissement total de l'enfant. La composante du conditionnement physique est aussi intégrée aux six autres composantes du programme. Par ailleurs, celle-ci permet à l'enfant de comprendre le fonctionnement du corps humain et de voir quelles répercussions l'exercice et le mouvement ont sur lui.

Les jeux favorisent l'acquisition d'habiletés telles: les lancers, les réceptions et la rétention d'objets, le jeu de pieds, l'agilité et la coordination, tout en développant des notions d'attaque et de défense.

La gymnastique met l'accent sur la maîtrise du corps et favorise le développement de la force, de la souplesse et de l'élégance du mouvement.

La danse, dans ses diverses formes, met l'accent sur l'aspect expressif du mouvement et elle favorise l'utilisation du corps comme moyen de communication de ses idées et de ses sentiments.

Les activités de plein air sont des activités physiques, qui amènent l'enfant à faire une utilisation judicieuse de l'environnement et à le respecter.

Les activités aquatiques utilisent un milieu très particulier pour la pratique sécuritaire d'activités reliées au domaine aquatique.

L'athlétisme comprend des activités de marche, de course, de saut et de lancer, qui exigent de la vitesse, de la hauteur, des longueurs variées et de l'endurance.

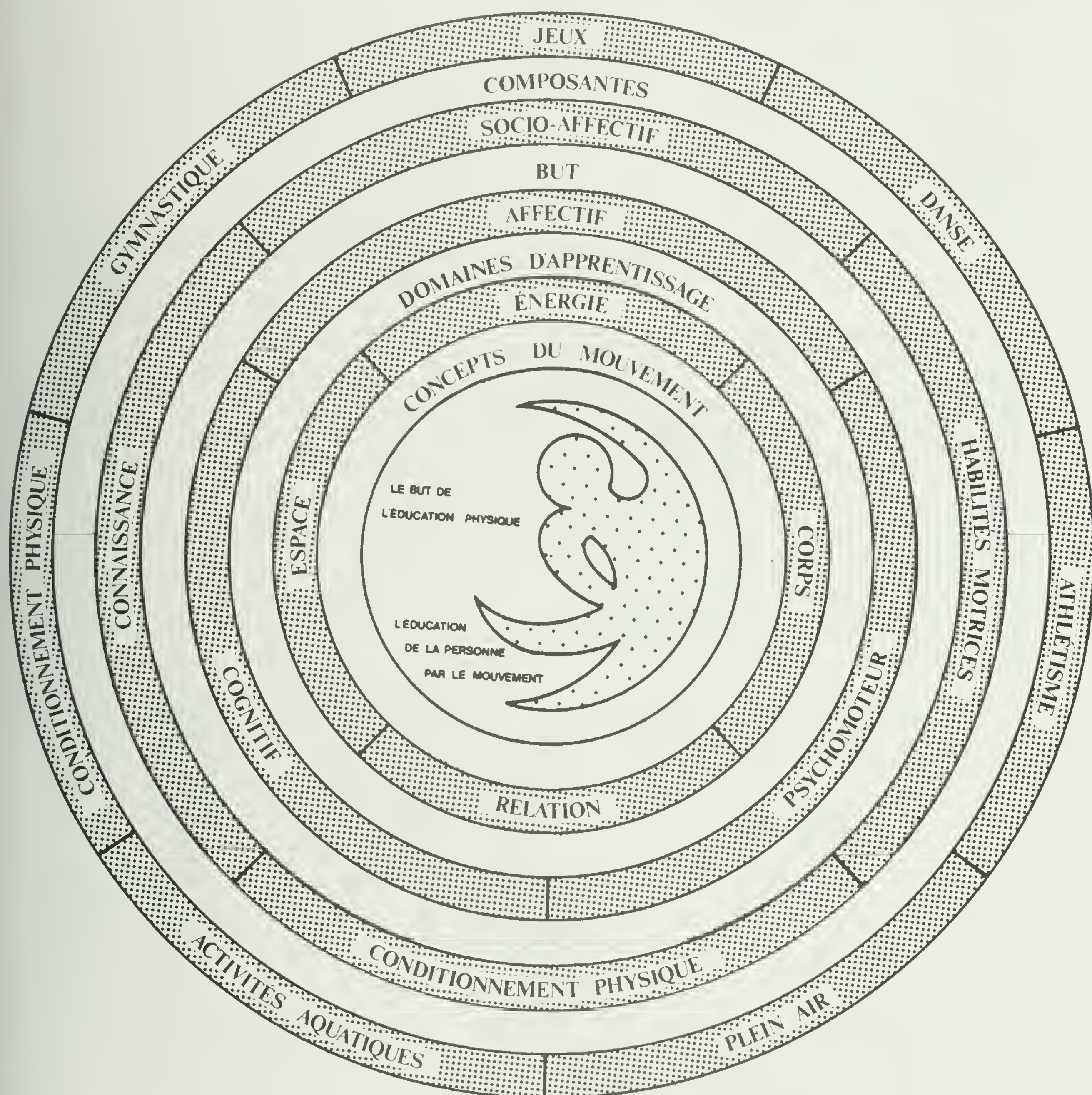
G. Cadre conceptuel du programme d'éducation physique

On peut combiner les différents facteurs qui ont une influence sur l'éducation physique, pour élaborer le cadre conceptuel du programme d'éducation physique.

L'éducation physique se donne comme but d'assurer le développement physique de la personne. Pour y arriver, il y a quatre concepts du mouvement dont il faut tenir compte: la prise de conscience du corps - ce que le corps déplace; la prise de conscience de l'espace - où le corps se déplace; l'énergie - comment le corps se déplace; et les relations - avec qui ou avec quoi le corps se déplace.

Les besoins de l'individu affectent son développement aux niveaux psycho-moteur, cognitif et affectif. Pour répondre à ces besoins, le programme d'éducation physique se donne quatre objectifs, c'est-à-dire: l'acquisition, d'une bonne condition physique, le maintien d'une bonne condition physique, un ensemble de connaissances et d'habiletés motrices, et l'épanouissement socio-affectif de l'enfant.

Afin d'atteindre ces objectifs, on préconise un programme équilibré, comportant sept composantes: le conditionnement physique, les jeux, la gymnastique, la danse, les activités de plein air, les activités aquatiques et l'athlétisme.



LE MODÈLE D'ÉDUCATION PHYSIQUE

LE BUT DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE EST D'ASSURER LE DÉVELOPPEMENT PHYSIQUE DE LA PERSONNE.





L'éducation physique contribue de façon significative à la satisfaction des besoins physiques, intellectuels et socio-affectifs de l'enfant.



II. OBJECTIFS SPÉCIFIQUES DU PROGRAMME POUR CHACUNE DES COMPOSANTES

Chacune des sept composantes du programme comporte des objectifs quant aux connaissances, aux attitudes et aux habiletés motrices et sociales à acquérir. Chaque composante favorise le développement:

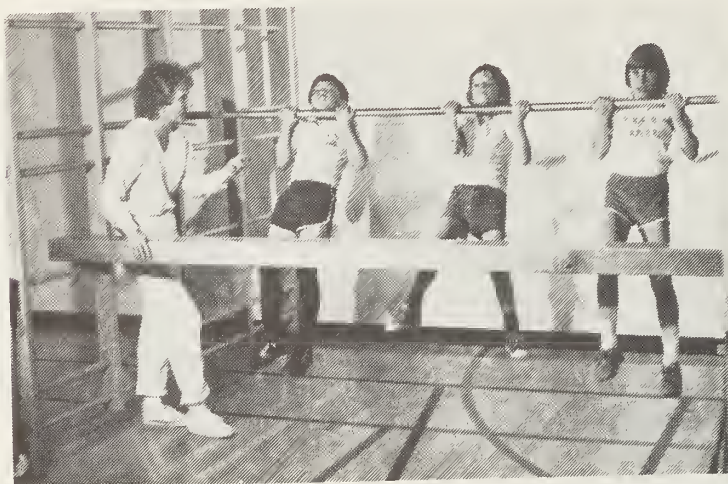
P - psychomoteur
C - cognitif
A - affectif

A. Le conditionnement physique

Les objectifs qui suivent font état des connaissances, des attitudes et des habiletés physiques et sociales associées au conditionnement physique. Compte tenu des différences individuelles, l'enfant devra:

	OBJECTIFS	ANNÉES					
		1	2	3	4	5	6
P	Améliorer sa condition physique en participant activement et fréquemment à toutes les activités du programme.	*	*	*	*	*	*
P	Apprendre à évaluer sa condition physique par des contrôles réguliers.	*	*	*	*	*	*
C	Comprendre qu'une bonne condition physique est essentielle à la vie.	*	*	*	*	*	*
C	Comprendre les effets de l'exercice sur le système cardio-vasculaire.	*	*	*	*	*	*
C	Comprendre les effets de l'exercice sur le système respiratoire.	*	*	*	*	*	*
C	Comprendre les effets de l'exercice sur les principaux muscles, les os et les articulations.			*	*	*	*

LES ENFANTS APPRENNENT À ÉVALUER LEUR CONDITION PHYSIQUE PAR DES CONTRÔLES RÉGULIERS.







		1	2	3	4	5	6
C	Comprendre que les capacités physiques varient d'une personne à l'autre.			*	*	*	*
C	Reconnaître ses propres capacités physiques, son potentiel et ses limites face à sa condition physique.				*	*	*
C	Comprendre le processus du conditionnement physique.				*	*	*
C	Comprendre comment le climat peut affecter les poumons et les membres.				*	*	*
C	Comprendre les principes de sécurité qui s'appliquent aux activités de conditionnement physique.	*	*	*	*	*	*
A	Éprouver des sentiments de succès et de plaisir en participant à des activités de conditionnement physique.	*	*	*	*	*	*

NOTE: L'astérisque indique l'année au cours de laquelle on vise cet objectif.

B. Les jeux

Les objectifs qui suivent font état des connaissances, des attitudes et des habiletés physiques et sociales associées aux jeux. Compte tenu des différences individuelles, l'enfant devra:

	OBJECTIFS	ANNÉES					
		1	2	3	4	5	6
P	Partir, arrêter, changer de direction et de vitesse.	*	*	*	*	*	*
P	Se déplacer dans l'espace en évitant les autres.	*	*	*	*	*	*
P	Lancer, recevoir et retenir les objets au jeu avec différentes parties du corps ou avec des instruments.	*	*	*	*	*	*
P	Feinter et s'opposer à un adversaire.				*	*	*
P	Se placer pour recevoir une passe.			*	*	*	*
P	Exploiter les habiletés acquises dans différentes situations de jeux modifiés et informels.			*	*	*	*
P	Améliorer sa condition physique en participant activement et fréquemment à des jeux.	*	*	*	*	*	*
C	Apprendre à distinguer l'offensive de la défensive.		*	*	*	*	*
C	Comprendre les principales règles des jeux et les appliquer à ces jeux.			*	*	*	*
C	Comprendre les principes de sécurité qui s'appliquent aux jeux.	*	*	*	*	*	*

LES ENFANTS EXPLOITENT LES HABILETÉS ACQUISES DANS DES JEUX MODIFIÉS ET INFORMELS.







		1	2	3	4	5	6
C	Comprendre les principales stratégies de l'offensive et de la défensive.				*	*	*
A	Coopérer avec un partenaire ou avec les membres d'un petit groupe.	*	*	*	*	*	*
A	Apprendre à être bon gagnant et bon perdant.	*	*	*	*	*	*
A	Éprouver des sentiments de succès et de plaisir en participant aux jeux.	*	*	*	*	*	*

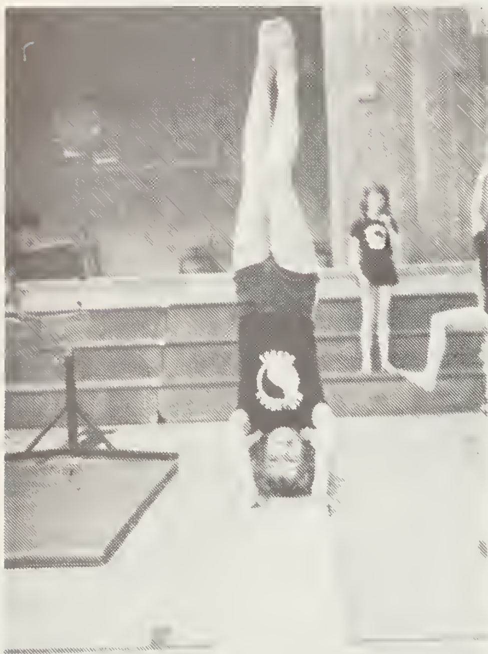
NOTE: L'astérisque indique l'année au cours de laquelle on vise cet objectif.

C. La gymnastique

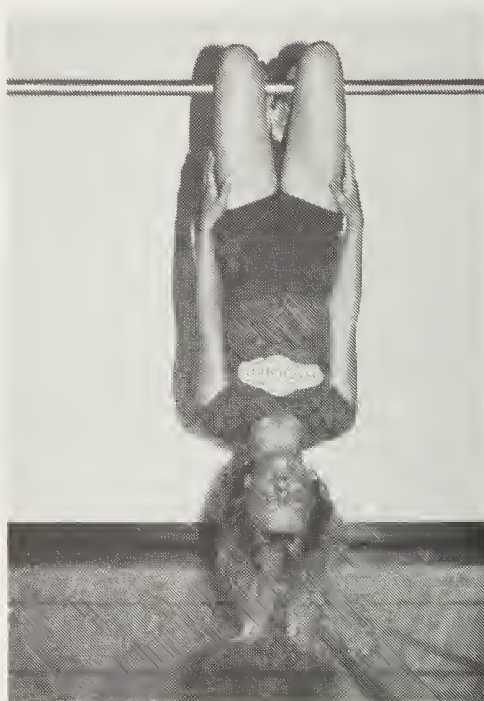
Les objectifs qui suivent font état des connaissances, des attitudes et des habiletés physiques et sociales associées à la gymnastique. Compte tenu des différences individuelles, l'enfant devra:

	OBJECTIFS	ANNÉES					
		1	2	3	4	5	6
P	Exécuter une grande variété de mouvements faisant appel au déplacement du corps tout entier.	*	*	*	*	*	*
P	Adopter différentes positions que le corps peut prendre en se déplaçant ou en restant en équilibre (en station immobile, ex.: point d'appui).	*	*	*	*	*	*
P	S'étirer et se recroqueviller en déplacement ou en équilibre.				*	*	*
P	Se tourner et pivoter tout en se déplaçant ou en restant en équilibre.				*	*	*
P	Exécuter une grande variété de mouvements d'appui et de suspension.	*	*	*	*	*	*
P	Enchaîner différents mouvements dans une séquence simple.	*	*	*	*	*	*
P	Exécuter des séquences de mouvements utilisant différents niveaux, différentes directions et différents parcours.		*	*	*	*	*
P	Exécuter des séquences de mouvements avec des variations de vitesse.			*	*	*	*
P	Exécuter des séquences de mouvements avec l'aide d'un partenaire.			*	*	*	*

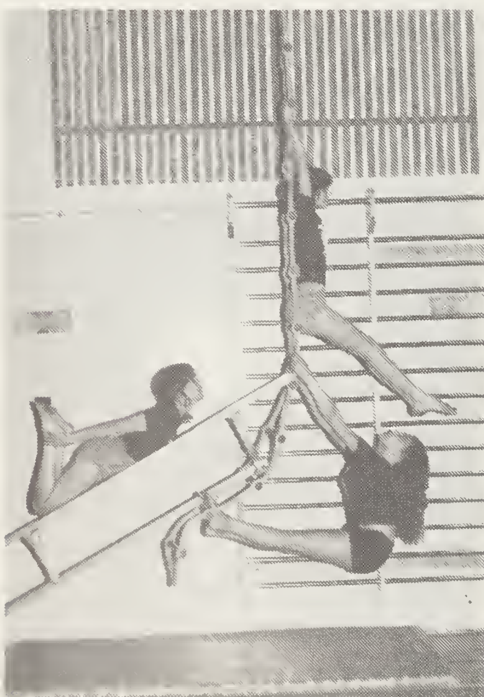
LES ENFANTS EXÉCUTENT UNE GRANDE VARIÉTÉ DE MOUVEMENTS:



- mouvements d'équilibre



- mouvements de suspension



- mouvements d'appui

		1	2	3	4	5	6
P	Exécuter des séquences de mouvements en petits groupes.			*	*	*	*
P	Améliorer ses habiletés gymniques en utilisant des accessoires ou des appareils.	*	*	*	*	*	*
P	Améliorer sa condition physique en participant activement et fréquemment à des activités gymniques.	*	*	*	*	*	*
C	Comprendre les parties du corps et leur rôle en relation avec le mouvement, les formes et le fonctionnement de tout le corps.		*	*	*	*	*
C	Comprendre la notion d'espace personnel et d'espace en général.	*	*	*	*	*	*
C	Comprendre les principes de sécurité en gymnastique.	*	*	*	*	*	*
C	Savoir comment entretenir et manipuler l'équipement.	*	*	*	*	*	*
A	Coopérer avec les autres.	*	*	*	*	*	*
A	Éprouver des sentiments de succès et de plaisir en participant aux activités gymniques.	*	*	*	*	*	*
A	Apprécier sa performance et celle des autres.	*	*	*	*	*	*

NOTE: L'astérisque indique l'année au cours de laquelle on vise cet objectif.

D. La danse

Les objectifs qui suivent font état des connaissances, des attitudes et des habiletés physiques et sociales associées à la danse. Compte tenu des différences individuelles, l'enfant devra:

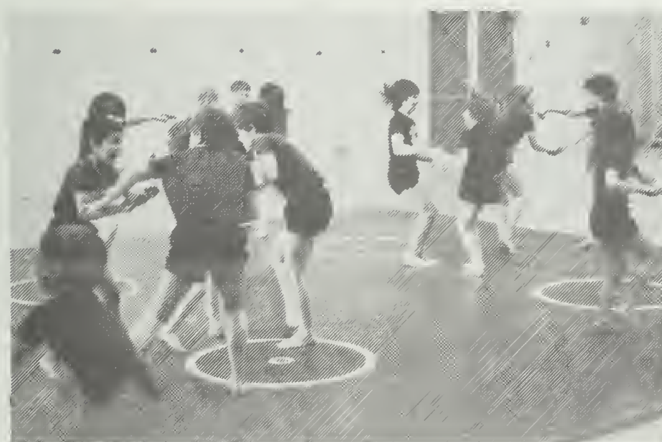
	OBJECTIFS	ANNÉES 1	2	3	4	5	6
P	Démontrer une prise de conscience de son corps dans des mouvements qui incorporent la forme, l'équilibre et le transfert d'appuis.	*	*	*	*	*	*
P	Démontrer une prise de conscience de l'espace dans des mouvements qui incorporent les directions, les niveaux et l'espace personnel ou général.	*	*	*	*	*	*
P	Démontrer des qualités de mouvement qui incorporent la vitesse, la force et l'harmonie.	*	*	*	*	*	*
P	Démontrer le concept de relation à travers le mouvement avec un partenaire, en petit groupe ou avec un objet.	*	*	*	*	*	*
P	Exécuter des séquences de mouvements en réponse à une variété de stimuli musicaux, verbaux ou visuels.	*	*	*	*	*	*
P	Prendre part à des danses variées: danse créative, danse folklorique et danse carrée.	*	*	*	*	*	*
P	Améliorer sa condition physique en participant activement et fréquemment à des activités de danse.	*	*	*	*	*	*
C	Comprendre les différents types d'efforts que le mouvement de danse exige.		*	*	*	*	*
C	Comprendre la notion d'espace personnel, d'espace général et ce qui les différencie l'un de l'autre.	*	*	*	*	*	*



Les enfants doivent prendre conscience de leur corps dans des mouvements de formes variées, d'équilibre et de transfert de poids.



Les enfants doivent prendre conscience de leur espace personnel et de leur environnement.



Les enfants exécutent des mouvements en relation avec un partenaire, un petit groupe ou un objet.

		1	2	3	4	5	6
C	Connaître le vocabulaire de base du mouvement.	*	*	*	*	*	*
C	Comprendre les changements dans les relations entre les différentes parties du corps.			*	*	*	*
C	Comprendre les composantes "espace" et "énergie" du mouvement.					*	*
C	Connaître les principes de sécurité dans le domaine de la danse.	*	*	*	*	*	*
A	Tirer plaisir de la danse; faire preuve d'assurance en faisant la démonstration de ces danses.	*	*	*	*	*	*
A	Éprouver des sentiments de succès et de plaisir en participant à des activités de danse.	*	*	*	*	*	*
A	Reconnaître la valeur esthétique de la danse.	*	*	*	*	*	*

NOTE: L'astérisque indique l'année au cours de laquelle on vise cet objectif.

E. Les activités de plein air

Les activités de plein air comprennent: le patinage sur glace, la raquette, le ski de fond, le ski alpin et l'orientation.

NOTE: Bien que les activités de plein air s'inscrivent dans tout programme d'éducation physique bien équilibré, le choix des activités dépend des facteurs comme le climat, l'emplacement géographique, les ressources et le matériel disponibles.

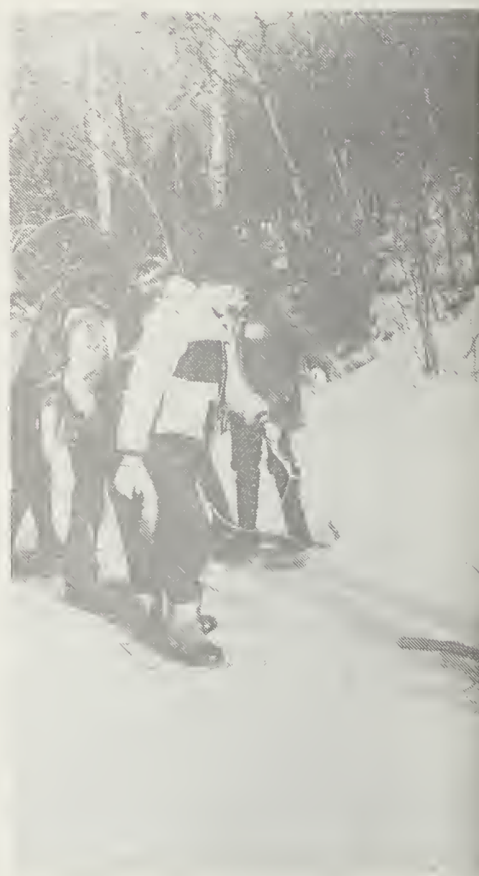
Les objectifs suivants font état des connaissances, des attitudes et des habiletés physiques et sociales associées aux activités de plein air. Compte tenu des différences individuelles, l'enfant devra:

	OBJECTIFS	ANNÉES 1	2	3	4	5	6
P	Exploiter et améliorer ses habiletés motrices de base (ex.: s'arrêter et partir, changer de direction et de vitesse) dans les activités de plein air.	*	*	*	*	*	*
P	Améliorer sa condition physique en participant activement et fréquemment à des activités de plein air.	*	*	*	*	*	*
C	Comprendre les applications pratiques de l'orientation.	*	*	*	*	*	*
C	Comprendre l'utilité des vêtements et des chaussures appropriés aux activités de plein air en hiver.	*	*	*	*	*	*
C	Connaître les principes de sécurité dans les activités de plein air.	*	*	*	*	*	*
A	Coopérer dans des activités réalisées avec un partenaire ou avec un petit groupe.	*	*	*	*	*	*

CHAQUE ENFANT PEUT AMÉLIORER SA CONDITION PHYSIQUE EN PARTICIPANT ACTIVEMENT À DES ACTIVITÉS DE PLEIN AIR.







Photographies d'activités de plein air. (Gracieuseté de la Commission des écoles publiques de Calgary.)

		1	2	3	4	5	6
A	Avoir des attitudes positives à l'égard de la pratique d'activités de plein air en toute saison.	*	*	*	*	*	*
A	Prendre une part active à des petits jeux d'extérieur.	*	*	*	*	*	*
A	Éprouver des sentiments de succès et de plaisir en participant aux activités de plein air.	*	*	*	*	*	*

NOTE: L'astérisque indique l'année au cours de laquelle on vise cet objectif.

F. Les activités aquatiques

Les objectifs suivants font état des connaissances, attitudes et habiletés physiques et sociales associées aux activités aquatiques. Compte tenu des différences individuelles, l'enfant devra:

	OBJECTIFS	ANNÉES
P	Démontrer les habiletés suivantes: - la familiarisation au milieu aquatique - la propulsion dans l'eau - la sécurité dans l'eau, sur l'eau et près de l'eau	Afin d'assurer une progression appropriée, il est recommandé de se servir d'un programme comme le programme de sécurité aquatique de la Croix-Rouge, ou le programme de natation du Y.M.C.A. pour répondre aux besoins des enfants. **A l'école élémentaire, les enfants devront participer à, au moins, une expérience d'apprentissage en natation et en sécurité aquatique.** Cette expérience se modifiera en fonction du temps requis, des installations disponibles, de la compétence du personnel, du transport et des ressources financières. Les activités aquatiques constituent un aspect essentiel de tout programme d'éducation physique équilibré (une expérience d'apprentissage devrait comprendre de dix à douze leçons continues et bien planifiées).
P	Améliorer sa condition physique en participant activement et fréquemment à des activités aquatiques.	
C	Comprendre les principes associés à la flottaison, à la configuration du corps et à la propulsion dans l'eau.	
C	Comprendre les principes de sécurité aquatique (dans l'eau, sur l'eau ou près de l'eau).	
C	Comprendre l'importance de savoir nager pour la sécurité dans les activités associées au milieu aquatique.	
A	Pratiquer la natation et d'autres activités aquatiques durant ses loisirs.	
C	Éprouver des sentiments de succès et de plaisir en participant aux activités aquatiques.	

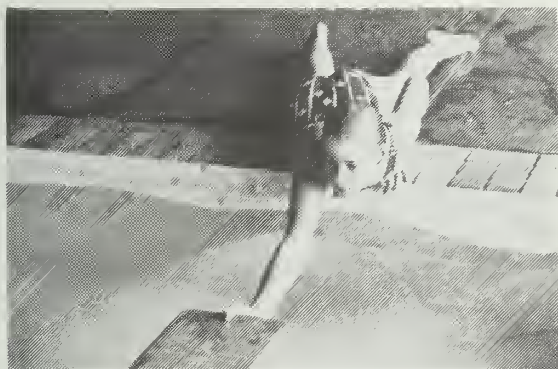
ON DOIT ENCOURAGER CHAQUE ENFANT À DÉMONTRER LES HABILETÉS AQUATIQUES DANS L'ORDRE SUIVANT:



- la familiarisation du milieu aquatique,



- la propulsion de son corps dans l'eau,



- la sécurité dans l'eau, sur l'eau et près de l'eau.

G. L'athlétisme

Les objectifs suivants font état des connaissances, des attitudes et des habiletés physiques et sociales associées à l'athlétisme. Compte tenu des différences individuelles, l'enfant devra:

	OBJECTIFS	ANNÉES 1	2	3	4	5	6
P	Lancer de petits objets à une certaine distance.	*	*	*	*	*	*
P	Courir sur des distances variées, à différentes vitesses.	*	*	*	*	*	*
P	Sauter en hauteur et en longueur.	*	*	*	*	*	*
P	Démontrer la forme et le rythme appropriés pour le sprint, la course à relais et la course de distance.				*	*	*
P	Démontrer les techniques de départ et d'arrivée en course.				*	*	*
P	Courir en franchissant des obstacles de différentes hauteurs.	*	*	*	*	*	*
P	Démontrer les techniques de l'élan, de l'appel et de la réception dans les sauts en hauteur et en longueur.					*	*
P	Améliorer sa condition physique en participant activement et fréquemment à des activités d'athlétisme.	*	*	*	*	*	*

L'ENFANT DÉMONTRERA LES TECHNIQUES DE LA COURSE, DE L'ÉLAN, DE L'APPEL ET DE LA RÉCEPTION DANS LES SAUTS EN HAUTEUR ET EN LONGUEUR.









		1	2	3	4	5	6
C	Comprendre les techniques de base qui s'appliquent à la course, aux sauts et aux lancers.					*	*
C	Connaître les principales règles qui s'appliquent aux épreuves de course, de saut et de lancer à leur niveau.				*	*	*
C	Comprendre les principes de sécurité en athlétisme.	*	*	*	*	*	*
A	Établir des contacts positifs avec les autres lors de la participation aux courses, aux sauts et aux lancers.	*	*	*	*	*	*
A	Aimer faire de la course, des sauts et des lancers à l'extérieur.	*	*	*	*	*	*
A	Faire preuve de responsabilité et de coopération dans sa participation au programme d'athlétisme.				*	*	*
A	Éprouver des sentiments de succès et de plaisir en participant aux activités d'athlétisme.	*	*	*	*	*	*

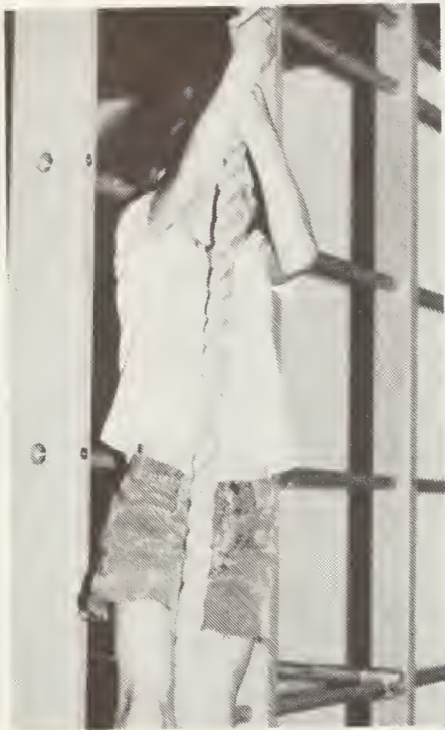
NOTE: L'astérisque indique l'année au cours de laquelle on vise cet objectif.

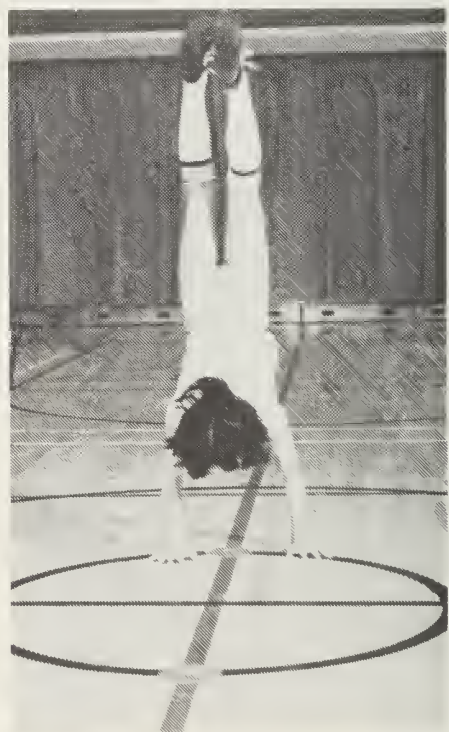
III. ÉTENDUE ET SÉQUENCE DES ACTIVITÉS EN ÉDUCATION PHYSIQUE À L'ÉLÉMENTAIRE

Cette partie se veut un guide destiné à aider les enseignants à préparer des activités qui entrent dans le cadre des objectifs du programme, pour chacune des sept composantes du programme.

Les ressources pédagogiques identifiées à la fin de ce document proposent une variété d'activités qui rejoignent toutes les composantes du programme. Cette liste est revue et mise à jour périodiquement et les nouvelles ressources apparaissent dans le catalogue du School Book Branch.

Les enseignants devraient choisir des activités pour chacun des objectifs en fonction de la disponibilité des installations et de l'équipement, du temps alloué, de la saison et de leurs propres compétences. Ils devraient établir leurs priorités d'après les intérêts des enfants et les besoins du milieu.



Apprentissage des fonctions locomotrices chez l'enfant

Les tableaux qui suivent donnent l'étendue et la séquence d'activités dans chacune des composantes. Ces tableaux sont fondés sur les théories d'apprentissage des fonctions motrices chez l'enfant et sur les différentes façons que l'enseignant peut utiliser pour organiser le milieu, afin d'aider les enfants à acquérir des habiletés motrices.

Dans le but de faciliter cet apprentissage, on recommande la progression suivante:

- Les enfants doivent, d'abord, percevoir et essayer de ressentir l'habileté à acquérir.

- Ils doivent, ensuite, pratiquer les tâches associées à ces habiletés de base afin d'en arriver à une certaine constance dans leur exécution.

- L'habileté peut être, alors, exploitée dans différentes activités ou situations "fermées" ou "contrôlées". Ensuite, l'enfant pourra avoir l'occasion de perfectionner davantage l'habileté et de l'associer à d'autres.

- Une fois que l'enfant maîtrise l'habileté de base, il peut commencer à improviser différentes façons de l'utiliser.

Au début de l'apprentissage d'une nouvelle habileté, il est possible que les progrès de l'enfant ne dépassent pas l'exploration du mouvement. Il faudra alors tenter de poursuivre, dans les autres années, ce qui a été entrepris et offrir des occasions pour exploiter et perfectionner ces habiletés.

De quelle façon l'enseignant peut-il aider les enfants à acquérir des habiletés motrices?

Certains enseignants d'éducation physique croient qu'ils doivent démontrer de bonnes habiletés motrices, s'ils veulent que les enfants puissent apprendre d'eux. En fait, c'est l'habileté de l'enseignant à organiser le milieu d'apprentissage qui va le plus aider l'enfant à acquérir des habiletés motrices. Plusieurs facteurs sont directement reliés à la difficulté et à la complexité des situations d'apprentissage, et l'enseignant devra en tenir compte dans ses choix d'activités motrices, et devra voir à les introduire graduellement. Ces facteurs sont:

L'ESPACE:

- les dimensions de l'espace de jeu,
- le nombre d'enfants dans cet espace,
- la grosseur des appareils utilisés,
- l'emplacement ou la hauteur des cibles, des filets ou des obstacles.

L'enseignant peut, lorsqu'il enseigne des jeux, les simplifier en réduisant l'espace de jeu, le nombre de joueurs, ou en utilisant de plus gros appareils ou des cibles différentes.

LE TEMPS:

- la vitesse d'exécution de l'activité,
- la vitesse des objets en jeu,
- l'intervalle entre le stimulus (musical, verbal) et la réponse motrice des enfants,
- la durée entre les différentes répétitions de mouvements.

L'enseignant peut ralentir la musique, afin de faciliter l'introduction de nouveaux pas dans une danse folklorique. Les enfants exécuteront mieux les pas, ou figures, si l'enseignant les avertit bien à l'avance; de plus, ils retiendront mieux les pas si ceux-ci sont répétés souvent, et à intervalles rapprochés.

LA PRÉSENTATION DE LA LEÇON:

- exécution du mouvement dans des conditions stables, prévisibles, à un rythme inhérent à une situation "fermée";
- exécution d'un mouvement dans des conditions changeantes et imprévisibles, c'est-à-dire en situation "ouverte".

L'enseignant laisse les enfants pratiquer le départ au sprint par eux-mêmes, sans signal de départ, ni concurrent. Une fois qu'ils possèdent bien leur départ, l'enseignant les met en situation "plus ouverte", en introduisant un signal de départ, puis un ou plusieurs concurrents.

Les tableaux donnant l'étendue et la séquence, dans les habiletés à acquérir, suggèrent de quelle façon et à quel moment ces habiletés peuvent être introduites à l'élémentaire, afin d'atteindre les objectifs du programme. L'enseignant peut choisir des activités de niveau inférieur ou supérieur, selon les habiletés déjà acquises par les enfants. Quelles que soient les habiletés jugées nécessaires par l'enseignant, l'étendue et la séquence dans l'enseignement doivent refléter une démarche logique, qui se fonde sur les théories de l'apprentissage de l'enfant et sur les conditions du milieu qui peuvent le mieux les aider dans cet apprentissage.

Il est à noter que le programme ne tente pas de fournir des séquences d'activités, portant sur les connaissances (aspect cognitif) et les aspects sociaux ou affectifs. Il est de la responsabilité de l'enseignant d'être conscient de ces objectifs et de s'assurer que les leçons soient choisies de façon à fournir aux enfants des occasions de développer leurs compétences au maximum dans le cadre de l'activité et de l'objectif poursuivis. L'enfant en tirera une compréhension des habiletés requises et des principes de sécurité; il apprendra à coopérer avec les autres; il adoptera une attitude positive à l'égard de lui-même, des autres et de l'activité physique; enfin, il tirera plaisir et satisfaction de sa participation à un programme équilibré d'activités choisies parmi les sept composantes du programme.

LE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

OBJECTIF	1re année	2e année	3e année	4e année	5e année	6e année
Améliorer sa condition physique en participant activement et fréquemment à toutes les activités du programme.	Améliorer sa condition physique en participant activement à des activités physiques.	→	→	→	→	→
Apprendre à évaluer sa condition physique par des contrôles réguliers.	Participer à l'évaluation de sa condition physique deux fois l'an (pré-test et post-test).	→	→	→	→	→
Comprendre qu'une bonne condition physique est essentielle à la vie.	S'évaluer et faire l'objet d'une évaluation personnelle et formative dans toutes les activités du programme.	→	→	→	→	→
Comprendre les effets de l'exercice sur le système cardio-vasculaire.	Savoir où se trouve le coeur et prendre conscience qu'il pompe le sang partout dans le corps.	Prendre conscience des composantes principales du système circulatoire et comprendre la relation entre le pouls et les battements du coeur.	Comprendre que la température et la transpiration du corps humain augmentent avec l'exercice; que les aliments donnent l'énergie nécessaire à l'exercice; que le rythme cardiaque augmente avec l'effort et qu'il est prudent de s'en tenir en deçà de certaines limites;	Comprendre la relation entre la transpiration et la respiration reliées à la perte d'eau pour le corps; comprendre les effets néfastes d'une trop grande sudation et le besoin de remplacer cette eau.	Comprendre qu'il est possible d'accélérer la circulation sanguine dans une partie du corps ou dans tout le corps; comprendre le besoin d'une telle accélération ainsi que ses répercussions.	Reconnaître les symptômes d'une trop grande activité cardiaque, et en connaître les conséquences.

OBJECTIF	1re année	2e année	3e année	4e année	5e année	6e année
			que la chaleur produite par le corps provient de l'accroissement de l'énergie dépensée par le corps au cours des exercices.			
Comprendre les effets de l'exercice sur le système respiratoire.			Savoir où se trouvent les poumons et en connaître le fonctionnement.	Comprendre qu'il est possible de s'étouffer lorsqu'on a quelque chose dans la bouche au cours d'un exercice.	Démontrer les liens entre le rythme cardiaque, le rythme respiratoire et la production de chaleur.	Comprendre comment, après avoir subi une blessure à la poitrine, on peut contrôler la douleur.
Comprendre les effets de l'exercice sur les principaux muscles, les os et les articulations.			Comprendre les principales fonctions des muscles et des os.	Comprendre que le corps fait appel aux muscles et aux os pour exécuter un mouvement.	Comprendre que chacun a une force physique et une coordination qui lui sont propres.	Comprendre que les muscles peuvent s'épuiser et qu'il leur faut du temps pour reprendre leur tonus.
Comprendre que les capacités physiques varient d'une personne à l'autre.			Reconnaître chez soi et les autres les différences dans le rythme cardiaque, le rythme respiratoire, le type physique, la taille et la musculature; comprendre que les différences physiques influencent la performance individuelle.	⟶	⟶	⟶

LE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

OBJECTIF	1re année	2e année	3e année	4e année	5e année	6e année
Reconnaître ses propres capacités physiques, son potentiel et ses limites face à sa condition physique.				Comparer son type physique, sa taille et sa condition physique à ceux des autres.	Reconnaître ses faiblesses et voir comment on peut les corriger.	Comprendre qu'il est nécessaire de rester en bonne condition physique toute sa vie; reconnaître que les émotions peuvent influencer la performance.
Comprendre le processus du conditionnement physique.				Comprendre qu'il est possible de modifier sa condition physique.	Comprendre la nécessité de ralentir graduellement après des exercices vigoureux.	Reconnaître qu'il est nécessaire de bien se nourrir afin de pouvoir faire des exercices vigoureux.
Comprendre comment le climat peut affecter les poumons et les membres.	Comprendre la nécessité de porter des vêtements convenables à l'activité et aux conditions climatiques.		Comprendre les relations qui existent entre l'exercice et les conditions climatiques difficiles.	——————→		
Comprendre les principes de sécurité qui s'appliquent aux exercices de conditionnement physique.	Prendre conscience de façon progressive des avantages et des dangers reliés aux exercices de conditionnement physique.					
Tirer plaisir et satisfaction de sa participation à des activités de conditionnement physique.	Poursuivre au long des six années de l'élémentaire.					

OBJECTIF	1re année	2e année	3e année	4e année	5e année	6e année
Partir, arrêter, changer de direction et de vitesse.	Exécuter cette activité: en marchant, courant, sautant, sautillant, galopant; en se déplaçant vers l'avant, vers l'arrière, de côté; en dribblant un ballon; en jouant à se poursuivre; en se contournant ou franchissant un équipement.	Améliorer ses habiletés locomotrices et apprendre à déraper: en utilisant l'équipement, en se déplaçant en ligne droite ou en rond, en se plaçant avec un partenaire.	Utiliser ses habiletés locomotrices dans des mouvements effectués dans toutes les directions, de différentes vitesses, en se déplaçant en ligne droite, en rond ou en zigzag. Apprendre à arrêter et à partir rapidement; tenter d'échapper à un partenaire qui nous poursuit.	Apprendre les jeux de pieds et les déplacements courus associés à divers jeux dans des situations modifiées de jeux simples.	Perfectionner les jeux de pieds associés à divers jeux dans des situations modifiées de jeux simples.	Varier les jeux de pieds et les mouvements du corps utilisés dans diverses activités "ouvertes" ou "fermées".
Se déplacer dans l'espace en évitant les autres.	Trouver son espace d'action en sautant, courant, sautillant, marchant; en se déplaçant vers l'avant, vers l'arrière, de côté; en jouant à se poursuivre; en se servant d'un accessoire comme par exemple une balle ou un cerceau.	Occuper l'espace libéré par les autres: en utilisant ses habiletés locomotrices, en se servant de différentes façons, en jouant ou en se faisant des passes à deux contre un.	Perfectionner son habileté à occuper l'espace et à éviter les autres: en lançant, en attrapant, en dribblant, en frappant un ballon ou en s'échappant.	Se déplacer dans l'espace et éviter les autres tout en jouant à des jeux de soccer, basket-ball, balle-molle, racquet-ball, volley-ball, scoop-ball ou hockey intérieur.	Perfectionner son habileté à se déplacer dans l'espace dans toutes sortes de jeux, avec ou sans équipement.	Trouver de nouvelles façons de se déplacer dans l'espace tout en évitant les autres.

LES JEUX

(Les cadres du jeu et les activités motrices sont modifiés pour rendre l'objectif de plus en plus adapté au niveau de l'enfant.)

OBJECTIF	1re année	2e année	3e année	4e année	5e année	6e année
Lancer, recevoir et retenir les objets au jeu avec différentes parties du corps ou avec des instruments.	Lancer de gros objets en l'air et les attraper, sur place ou en déplacement. Sur place, lancer des objets dans un but ou sur une cible. Garder un ballon en mouvement avec ses pieds; sur place ou en déplacement, faire rebondir une balle avec ses mains ou avec une palette. Maintenir un objet en l'air en le frappant avec différentes parties de son corps ou avec une palette. Faire rouler une balle ou un cerceau et courir afin de le rattraper; frapper du pied ou botter des objets immobiles dans un but ou sur une grande cible.	Lancer une balle en l'air et l'attraper à l'aide d'un accessoire comme le chope-balle. Sur place et avec un partenaire, lancer et attraper une balle ou des objets. Lancer, tirer ou frapper, avec les mains ou les pieds, des objets dans un but gardé ou sur une cible. Sur place utiliser ses pieds pour faire des passes à un partenaire et recevoir le ballon sur place, faire des passes d'une balle ou d'une rondelle et en recevoir à l'aide d'un instrument (comme un bâton ou un chope-balle). Maintenir un objet en l'air en le frappant avec les mains ou avec une palette, tout en se déplaçant. Frapper avec ses mains ou ses pieds des objets mobiles.	Lancer en l'air et attraper des objets plus difficiles à saisir tels un anneau ou une corde nouée. En déplacement et avec un partenaire, lancer et attraper des objets sur place et en déplacement, lancer, recevoir les objets de différentes façons. Lancer, tirer ou frapper avec les mains ou les pieds des objets mobiles en direction des espaces libres. Lancer une balle en l'air et l'attraper; lancer un volant à l'aide d'une palette. Lancer et attraper des objets à diverses hauteurs. Contrôler un ballon pendant qu'on est marqué par un adversaire comme dans le dribble au soccer. Frapper un ballon avec ses pieds, un objets en mouvement avec la tête, le bras ou une palette.	<u>ACTIVITES GENERALES (s'appliquent à la plupart des jeux)</u> Développer l'habileté à faire et à recevoir des passes à tous les niveaux, sur place ou en déplacement. Développer l'habileté à lancer et à botter et y améliorer sa vitesse et sa précision. Développer l'habileté à retenir des objets au jeu tout en se déplaçant et en étant marqué par un adversaire.		
				<u>JEUX PREPARATOIRES AU BASKET-BALL</u>		
				Développer l'habileté à dribbler dans toutes les directions en exécutant plusieurs trajectoires. Lancer dans des buts et sur des cibles variées.	Exploiter ses habiletés de dribble et de lancer dans diverses situations.	Perfectionner ses habiletés de dribble et de lancer et y ajouter des variantes.
				<u>JEUX PREPARATOIRES AU SOCCER</u>		
				Développer l'habileté à dribbler dans toutes les directions et à différentes vitesses. Sur place et en déplacement apprendre les différents bottés variant la force, le niveau et la distance. Apprendre à amortir ou bloquer le ballon du pied, sur place ou en déplacement. Frapper le ballon avec différentes parties du	Exploiter ses habiletés à dribbler et à botter le ballon dans différentes situations. Exploiter son habileté à bloquer le ballon du pied dans différentes situations. Développer ses habiletés à frapper le ballon surtout avec la tête, à garder les	Perfectionner les techniques du dribble et du botté et en improviser de nouvelles; perfectionner sa façon de bloquer le ballon du pied. Perfectionner ses habiletés à frapper le ballon en l'air, à garder les buts et à enlever le ballon à l'adversaire.

OBJECTIF	1re année	2e année	3e année	4e année	5e année	6e année
				corps. Garder le but. Apprendre à enlever le ballon à l'adversaire.	buts et à enlever le ballon à l'adversaire.	
Lancer, recevoir et retenir des objets au jeu avec différentes parties du corps ou avec des instruments.				JEUX PREPARATOIRES AU VOLLEY-BALL		
				Apprendre à servir et à faire des passes de différentes manières.	Développer ses habiletés dans le service et dans la volée.	Perfectionner son service et varier, modifier les techniques utilisées. Perfectionner les techniques de la volée.
				JEUX PREPARATOIRES AU FOOTBALL		
				Apprendre à courir avec le ballon, à le botter seul ou lorsque tenu par un partenaire et à le remettre au quart-arrière.	Développer sa technique de course avec le ballon en main, celle du "botté" et pratiquer la remise du ballon au quart-arrière.	Perfectionner sa technique de course avec le ballon en main, celle du botté et celle de la remise du ballon au quart-arrière.
				JEUX PREPARATOIRES A LA BALLE-MOLLE		
				Apprendre à lancer, à frapper et à attraper la balle au champ.	Exploiter son habileté à lancer, à frapper et à attraper la balle dans diverses situations.	Perfectionner son habileté à lancer, à frapper et à attraper la balle au champ.

LES JEUX

OBJECTIF	1re année	2e année	3e année	4e année	5e année	6e année
Lancer, recevoir et retenir des objets au jeu avec différentes parties du corps ou avec des instruments.				JEUX DE RAQUETTE		
				Développer ses habiletés dans le maniement de la palette ou de la raquette.	Exploiter son habileté à manier la palette ou la raquette dans diverses situations.	Perfectionner son habileté à manier la palette ou la raquette.
				JEUX PREPARATOIRES AU SCOOP-BALL ET AU HOCKEY DE SALLE		
				Développer ses habiletés dans le maniement du chope-balle et du bâton.	Exploiter son habileté à manier le chope-balle et le bâton dans diverses situations.	Perfectionner son habileté à manier le chope-balle et le bâton.
Feinter et s'opposer à un adversaire.				Apprendre comment s'opposer à un adversaire dans différents types de jeux. Tenter de lui enlever l'objet en jeu.	Apprendre comment s'opposer à un adversaire dans des situations comme une mêlée au soccer. Apprendre à enlever l'objet en jeu à son adversaire. Tenter de tromper son adversaire (faire des feintes), de s'en échapper, et appliquer ces techniques à différents jeux.	Perfectionner ses techniques d'opposition dans différents types de jeux. Perfectionner ses techniques pour enlever le ballon à son adversaire.
				Apprendre à garder les buts.	Exploiter son habileté à garder les buts dans diverses situations.	Perfectionner son habileté à garder les buts.

OBJECTIF	1re année	2e année	3e année	4e année	5e année	6e année
Se placer pour recevoir une passe.				Se déplacer dans un endroit ouvert pour recevoir une passe; courir pour recevoir ou faire une passe ou pour frapper le ballon.	Intercepter une passe; exploiter son habileté à recevoir des passes dans différentes situations.	Varier les trajectoires dans ses déplacements pour recevoir une passe; perfectionner ses techniques de réception et d'interception.
Exploiter les habiletés de jeux acquises dans différentes situations de jeux informels ou modifiés.	Jeux où les enfants cherchent à améliorer leur performance individuelle, balle au cerceau, jeu du 2 carrés, élimination au cerceau, défense du piquet, jeux de poursuite, relais simples, pirates, l'épervier, "Qui va à la chasse perd sa place", "Un os, deux chiens".	Jeux de quatre carrés, défense du piquet, jeu de passes à 2 contre 2, ballon au cerceau à 2 contre 2, jeux de poursuite, relais, 2 contre 1, ballon chasseur, prise de foulards.	Balle au mur, paddle-ball à un mur, raquet-ball, jeu de osselets, ballon-quilles, jeux de poursuite, jeux d'esquive, tennis au palet, balles brûlantes, 2 contre 2, 3 contre 3.	SOCCER: Ballon au but, soccer avec plusieurs buts, mini-soccer, soccer en couloir, soccer en ligne. FOOTBALL: Verges football américain à six, football au drapeau, passes verges courues. JEUX DE RAQUETTE OU DE BATON: Paddle-badmington, pingminton, un seul rebond, paddle-ball, "panique", au singe, "voler un cerceau", tennis chandelle. VOLLEY-BALL: Volley-ball, volley-plage, un seul rebond, ballon prisonnier, jeu de 4 camps, mini-volley-ball. BASKET-BALL: Quille au milieu, ballon poubelle, ballon au but, mini-basket. BALLE-MOLLE: Mini-baseball, 2 lancers, vingt-et-un, la course aux buts, Danish rounders, balle ou ballon-bouteilles, longue balle, balle au camp. SCOOP-BALL: Joueur-but, scoop-ball en couloir, scoop-ball. JEUX DE RELAIS: Voir le document "Jeux de relais" pour la liste de jeux. HOCKEY EN SALLE: Hockey-quilles, hockey en ligne, hockey en couloir, hockey en zones, hockey intérieur.		

LES JEUX

OBJECTIF	1re année	2e année	3e année	4e année	5e année	6e année
Améliorer sa condition physique en participant activement et fréquemment à des jeux.	Faire quotidiennement et individuellement des activités de locomotion.	Faire quotidiennement des activités de locomotion et des petits jeux (1 à 1, 1 contre 1) (2 à 2, 2 contre 2)	Faire quotidiennement des activités de locomotion et des jeux en petits groupes (groupes de 2, 3 ou 4 enfants).	Réchauffement par des activités de locomotion et des mouvements globaux qui sont reliés aux jeux. La période de participation maximale se retrouve dans le corps de la leçon.		
N.B. Les objectifs cognitifs et affectifs pour les jeux apparaissent à la partie II, page 22.	Consulter les documents suivants: **Jeux - de la maternelle à la troisième année** **Jeux d'apprentissage du soccer** **Jeux de relais** **Le handball et l'enfant de 9-12 ans** **Le volley-ball à la portée de l'enfant** Note: Prière de vérifier dans la liste du catalogue du "School Book Branch" pour les nouveautés et les révisions futures de ce matériel.					

Le programme de gymnastique a été conçu de façon à présenter une série de défis de difficulté croissante, au moyen d'un programme comportant onze thèmes, qui sont décrits dans **Gymnastique - Une approche aux mouvements.**

1. Le corps peut SE DEPLACER d'un endroit à l'autre de plusieurs façons.	2. Le corps peut RESTER EN APPUI ou EN SUSPENSION.	3. Le corps peut prendre des FORMES différentes pendant le déplacement et l'équilibre.	4. Le corps peut être SYMETRIQUE ou ASYMETRIQUE tout en se déplaçant ou en restant en équilibre.
5. Le corps peut S'ETIRER ou se RECROQUEVILLER pendant qu'il se déplace ou reste en équilibre.	6. Le corps peut PIVOTER ou SE TOURNER tout en se déplaçant ou en restant en équilibre.	7. Le corps peut se déplacer dans des DIRECTIONS différentes.	8. Le corps peut se déplacer suivant différents PARCOURS.
9. Le corps peut se déplacer ou rester en équilibre à des NIVEAUX différents.	10. Le corps peut se déplacer à des VITESSES différentes.	11. Le corps peut se déplacer ou rester en équilibre, avec un PARTENAIRE ou en PETIT GROUPE.	

Tiré de: **Gymnastique - Une approche aux mouvements.** Collection "Habiletés de base", de l'Association canadienne pour la santé, l'éducation physique et la récréation; produit avec le concours de la Commission des écoles publiques de Calgary et de Condition physique Canada.

LA GYMNASTIQUE

OBJECTIF	1re année	2e année	3e année	4e année	5e année	6e année
Exécuter une grande variété de mouvements faisant appel au déplacement du corps tout entier.	Explorer des activités reliées au <u>thème 1</u>: **Le corps peut se déplacer d'un endroit à l'autre de plusieurs façons:** - marcher - sauter - glisser - se bercer - rouler - grimper - se balancer.	Développer des habiletés reliées au <u>thème 1</u>.	Perfectionner des habiletés reliées au <u>thème 1</u>.	Exploiter des habiletés reliées au <u>thème 1</u> et les adapter dans des environnements "fermés" ou "ouverts"	Improviser d'autres situations pour exploiter des habiletés reliées au <u>thème 1</u>.	Créer des façons originales de se déplacer.
Adopter différentes positions que le corps peut prendre en se déplaçant ou en restant en équilibre.	Explorer des activités reliées au <u>thème 3</u>: **Le corps peut prendre des formes différentes pendant le déplacement et l'équilibre:** - des formes arrondies - des formes larges - des formes longues et étirées - des formes en torsion.	Développer des habiletés reliées au <u>thème 3</u>.	Perfectionner des habiletés reliées au <u>thème 3</u>.	Explorer des activités reliées au <u>thème 4</u>: **Le corps peut être symétrique ou asymétrique tout en se déplaçant ou restant en équilibre:** en utilisant - les bras - les jambes - tout le corps.	Développer des habiletés reliées au <u>thème 4</u> en soulignant les contrastes entre le haut et le bas du corps.	Perfectionner des habiletés reliées au <u>thème 4</u>.
S'étirer ou se recroqueviller, en déplacement ou en équilibre.				Explorer des activités reliées au <u>thème 5</u>: **Le corps peut s'étirer et se recroqueviller pendant qu'il se déplace ou reste en équilibre.**	Incorporer l'étirement et le recroquevillement dans le développement de <u>tous les thèmes</u>.	

OBJECTIF	1re année	2e année	3e année	4e année	5e année	6e année
Se tourner et pivoter, tout en se déplaçant ou en restant en équilibre.						Explorer des activités reliées au thème 6: **Le corps peut pivoter ou se tourner tout en se déplaçant ou restant en équilibre.**
Exécuter une grande variété de mouvements en suspension ou en appui.	Explorer des activités reliées au thème 2: **Le corps peut rester en appui ou en suspension.**	Développer des habiletés reliées au thème 2.	Perfectionner des habiletés reliées au thème 2.	Exploiter des habiletés reliées au thème 2 dans des situations différentes.	Improviser d'autres situations pour exploiter des habiletés reliées au thème 2.	Créer des façons originales de s'équilibrer et de se suspendre.
Enchaîner différents mouvements dans une séquence simple.	Explorer des mouvements reliés aux thèmes 1, 2 et 3 en exécutant des séquences à deux ou trois parties, au sol ou sur un appareil.	Exploiter des mouvements reliés aux thèmes 1, 2 et 3 dans des séquences à trois parties ou plus, au sol ou sur un appareil.	Perfectionner des mouvements reliés aux thèmes 1, 2 et 3 dans des séquences plus longues, au sol ou sur un appareil.	Exploiter des mouvements reliés aux thèmes 4, 5 et 7 dans des séquences de mouvements.	Exploiter des mouvements reliés aux thèmes 8 et 10 dans des séquences de mouvements.	Exploiter des mouvements reliés aux thèmes 6 et 9 dans des séquences de mouvements.
Exécuter des séquences de mouvements utilisant différents niveaux, différentes directions et différents parcours.		Reprendre les thèmes 1, 2 et 3 et y incorporer différents niveaux, différentes directions et différents parcours.	Reprendre les thèmes 1, 2 et 3 et y incorporer différents niveaux, différentes directions et différents parcours.	Exploiter des mouvements reliés au thème 7: **Le corps peut se déplacer dans des directions différentes.**	Exploiter des mouvements reliés au thème 8: **Le corps peut se déplacer sur différents parcours.**	Exploiter des mouvements associés au thème 9: **Le corps peut se déplacer ou rester en équilibre à des niveaux différents.**
Exécuter des séquences de mouvements avec des variations de vitesse.			Reprendre les thèmes 1, 2 et 3 et y incorporer des variations de vitesse.	Reprendre les thèmes 1, 2 et 3 et y incorporer des variations de vitesse.	Exploiter des mouvements reliés au thème 10: **Le corps peut se déplacer à des vitesses différentes.**	Perfectionner des habiletés reliées au thème 10.

LA GYMNASTIQUE

OBJECTIF	1re année	2e année	3e année	4e année	5e année	6e année
Exécuter des séquences de mouvements avec un partenaire.			Explorer des activités reliées aux thèmes 1, 2 et 3 avec un partenaire.	Explorer le thème 11: **Le corps peut se déplacer ou rester en équilibre avec un partenaire ou avec un petit groupe;** ces séquences simples comprennent: - l'imitation - la complémentarité - l'utilisation des partenaires comme obstacles.	Perfectionner des séquences de mouvements avec partenaire. Explorer des activités comme le miroir, la rencontre, le croisement et aider au maintien de l'équilibre du partenaire (Thème 11).	Exploiter des séquences de mouvements, avec partenaire et explorer le contraste, l'aide à l'envol et le support d'une partie ou de la totalité du poids d'un partenaire (Thème 11)
Exécuter des séquences de mouvements de gymnastique en petit groupe.					Explorer des activités reliées au thème 11 dans un petit groupe.	Exploiter des tâches reliées au thème 11 dans un petit groupe.
Mettre en pratique les habiletés acquises sur de petits et de gros appareils.	Explorer des activités reliées aux thèmes 1, 2 et 3 au sol, sur des bancs, des tapis, un cheval bas ou avec tout autre petit appareil. Explorer ensuite les trois thèmes sur des appareils plus hauts ou plus gros.	Explorer des activités reliées aux thèmes 1, 2 et 3 au sol sur ou autour de petits appareils. Exploiter ces trois thèmes sur des appareils plus haut ou plus gros.	Perfectionner des habiletés reliées aux thèmes 1, 2 et 3 au sol, sur ou autour d'appareils de toutes tailles disposés de diverses façons.	Explorer des exercices reliés aux thèmes 4, 5 et 7, surtout au sol; puis les exploiter aux petits appareils.	Exploiter des habileté reliées aux thèmes 4, 5 et 7 et explorer celles mentionnées aux thèmes 8, 10 et 11 sur tous les appareils.	Perfectionner des habiletés reliées aux thèmes précédents et approfondir les habiletés reliées aux thèmes 6 et 11 sur tous les appareils.
Améliorer sa condition physique en participant activement et fréquemment à des activités gymniques.	Pratiquer quotidiennement des mouvements de locomotion, d'appui et de suspension.	Pratiquer quotidiennement des mouvements de locomotion, d'appui et de suspension.	Pratiquer quotidiennement des mouvements de locomotion, d'appui et de suspension.	Pratiquer quotidiennement des mouvements de locomotion, d'appui et de suspension.	Pratiquer quotidiennement des mouvements de locomotion, d'appui et de suspension.	Pratiquer quotidiennement des mouvements de locomotion, d'appui et de suspension.

OBJECTIF	1re année	2e année	3e année	4e année	5e année	6e année
N.B. Les objectifs cognitifs et affectifs pour la gymnastique apparaissent à la partie II, page 25.	Le programme décrit dans le **Programme d'études - élémentaire** n'exige pas l'enseignement de la gymnastique de haut niveau ou de calibre olympique. On ne s'attend pas non plus à ce que toutes les activités présentées sous la section GYMNASTIQUE soient enseignées. La formation et l'expérience de l'enseignant jouent un rôle très important dans le choix des activités gymniques. La disponibilité de l'équipement et des installations ainsi que le niveau d'habiletés des enfants devraient être considérés par l'enseignant lorsqu'il planifie le programme.					

LA DANSE

OBJECTIF	1re année	2e année	3e année	4e année	5e année	6e année
Démontrer une prise de conscience de son corps dans des mouvements qui incorporent la forme, l'équilibre et le transfert d'appuis.	Explorer toutes sortes de déplacements qui amènent des départs, des arrêts et des transferts de poids de tout le corps. Découvrir des mouvements que les différentes parties du corps peuvent accomplir.	Explorer des mouvements qui font agir le corps tout entier comme se lever, se replier, s'étendre, se rapetisser. Créer des mouvements qui font agir différentes parties du corps.	Faire débuter le mouvement par différentes parties du corps. Perfectionner des mouvements qui font agir le corps tout entier ou en partie. Exploiter des mouvements continus et des arrêts de mouvements.	Explorer des mouvements avec des formes qui soulignent l'action et l'immobilité.	Prendre conscience des formes du corps, en mouvement et à l'état statique. Explorer des formes symétriques et asymétriques.	Prendre conscience des relations qui existent entre les différentes parties du corps.
Démontrer une prise de conscience de l'espace dans des mouvements qui incorporent les directions, les niveaux et l'espace personnel ou général.	Explorer l'usage de différentes directions et de différents niveaux.	Exploiter des directions et des niveaux; explorer différents parcours.	Exploiter des trajectoires exécutées au sol et dans les airs.	Exploiter des directions et des niveaux en relation à des positions et des parties du corps.	Approfondir la prise de conscience de l'espace dans ses notions de direction, de trajectoires et de niveaux.	Exploiter des mouvements qui reflètent l'utilisation de l'espace personnel et général. Créer des mouvements originaux qui démontrent sa prise de conscience de l'espace et qui font un usage intéressant de l'espace.
Démontrer les qualités du mouvement qui incorporent la vitesse, la force, l'harmonie.	Explorer des mouvements lents et rapides et des mouvements forts et légers.	Découvrir les notions d'accélération et de ralentissement; exploiter des mouvements lents et rapides; subits et soutenus; forts et légers.	Découvrir les notions de contraction et de légèreté; exploiter des mouvements subits et soutenus.	Enchaîner des mouvements en contraction aux mouvements subits, des mouvements légers aux mouvements subits, des mouvements en contraction et soutenus et des mouvements légers et soutenus.	Perfectionner des mouvements en contraction légers, subits et soutenus.	Créer des mouvements originaux qui démontrent les diverses qualités du mouvements. Exploiter des mouvements qui combinent le temps et l'énergie pour produire un rythme.

OBJECTIF	1re année	2e année	3e année	4e année	5e année	6e année
Démontrer des concepts de relation à travers le mouvement avec un partenaire, un petit groupe ou un objet.	Créer des activités exécutées avec la participation de tout le groupe.	Explorer des activités exécutées avec un partenaire (se rencontrer, s'éloigner, s'élever, se replier). Exploiter des activités exécutées avec tout le groupe.	Exploiter le travail avec un partenaire en mettant l'accent sur les changements de vitesse, de force et d'harmonie.	Exploiter des activités de groupe qui illustrent le contraste, la coopération et qui montrent un point culminant dans l'exécution de l'exercice.	Explorer des situations faisant appel à une grande sensibilité dans le travail en groupe; exploiter des séquences en groupe qui illustrent le contraste et la coopération.	Enchaîner des mouvements dans des groupes de six ou sept personnes; faire preuve d'une plus grande sensibilité au travail en groupe; explorer les relations entre plusieurs groupes.
Exécuter des séquences de mouvements en réponse à une variété de stimuli musicaux, verbaux ou visuels.	Créer des séquences simples à partir d'un stimulus musical, verbal ou visuel. Explorer des débuts de séquence de mouvements.	Exploiter les séquences en réponse à un stimulus verbal, musical ou visuel; exploiter divers débuts de séquence et explorer différentes finales.	Perfectionner la création de séquences de mouvements en réponse à divers stimuli; exploiter comment bien débuter et bien terminer une séquence de mouvements.	Exploiter des séquences de mouvements qui démontrent la prise de conscience du corps, de l'espace et des qualités du mouvement; perfectionner sa façon de débuter, de faire des pauses et de terminer une séquence.	Perfectionner des séquences qui témoignent d'une sensibilité accrue au stimulus; exploiter comment débuter, faire des pauses et terminer une séquence tout en réagissant à divers stimuli.	Improviser des séquences qui reflètent la sensibilité aux stimuli et qui démontrent diverses façons de débuter, de faire des pauses, et de terminer une séquence de mouvements.
Prendre part à des danses variées: danse créative, danse folklorique et danse carrée.	Apprendre ou créer des danses folkloriques qui utilisent des éléments simples comme marcher, taper des mains et des relations simples avec les autres.	Réviser les danses folkloriques simples; apprendre ou créer des danses plus complexes qui incorporent de nouveaux éléments comme courir, sauter, sautiller.	Réviser des danses folkloriques déjà apprises; apprendre ou créer des danses plus difficiles qui incorporent des éléments comme le swing avec un partenaire et le pas de danse écossaise.	Créer des danses qui ressemblent aux danses carrées comme "La boulangère". Apprendre ou créer, réviser et perfectionner des danses folkloriques et sociales d'origines diverses qui font usage de pas et de rythmes différents et qui font appel à différentes relations avec les autres danseurs.	Réviser des danses déjà apprises et apprendre des danses carrées simples.	Réviser des danses carrées déjà apprises; en apprendre d'autres plus complexes.

LA DANSE

OBJECTIF	1re année	2e année	3e année	4e année	5e année	6e année
Améliorer sa condition physique en participant activement et fréquemment à des activités de danse.	Participer à des activités quotidiennes en explorant, en répétant et en consolidant les habiletés acquises en matière de danse.					
N.B. Les objectifs cognitifs et affectifs pour la danse apparaissent à la partie II, page 28.						

OBJECTIF	1re année	2e année	3e année	4e année	5e année	6e année
Démontrer les habiletés suivantes: - la familiarisation au milieu aquatique - la propulsion dans l'eau - la sécurité dans l'eau, sur l'eau et près de l'eau.	Consulter **Au Secours, Programme de sensibilisation à la sécurité aquatique** de la CROIX-ROUGE CANADIENNE.			Consulter **Programme de sécurité aquatique** de la CROIX-ROUGE CANADIENNE.		
Améliorer sa condition physique en participant activement et fréquemment à des activités aquatiques.	Poursuivre tout au long des six années de l'élémentaire.					
N.B. Les objectifs cognitifs et affectifs pour les activités aquatiques apparaissent à la partie II, page 34.						

LES ACTIVITÉS DE PLEIN AIR

OBJECTIF	1re année	2e année	3e année	4e année	5e année	6e année
Exploiter et améliorer ses habiletés motrices de base (ex.: s'arrêter et partir, changer de direction et de vitesse) dans les activités de plein air.	On a déjà noté que les activités comprises dans cette composante du programme dépendent du climat, de la situation géographique, des ressources et de l'équipement disponible. Dans certains milieux, il est possible que l'on se concentre sur une activité, telle le patinage ou l'orientation, à chacune des années du programme. Ailleurs, il est tout aussi possible que l'on étudie plusieurs activités, afin d'initier les enfants aux connaissances et habiletés de base de chacune. Les ouvrages de référence devraient aider les enseignants à planifier leurs unités d'enseignement et leurs leçons dans les activités qu'ils ont choisi d'inclure dans leur programme. Les activités devraient être progressives afin de donner à l'enfant un défi toujours croissant, adapté à son expérience et à ses besoins. On recommande de débuter l'enseignement des activités de plein air comme suit: - le patinage, 1re année - l'orientation, 2e année - la raquette, 3e année - le ski de fond, 4e, 5e et 6e année					
Améliorer sa condition physique en participant activement et fréquemment à des activités de plein air.	Participer le plus activement possible aux activités de plein air.					
N.B. Les objectifs cognitifs et affectifs pour le plein air apparaissent à la partie II, page 31.						

OBJECTIF	1re année	2e année	3e année	4e année	5e année	6e année
Lancer de petits objets à une certaine distance.	Explorer des lancers de sac de fèves et de balles d'une position stationnaire dans le cadre de différentes situations de jeux à l'extérieur.	Exploiter des lancers de distance d'une position stationnaire dans des situations coopératives ou compétitives.	Explorer des lancers avec une course d'élan. Faire de la compétition en petits groupes.	Exploiter le lancer avec une course d'élan. Faire de la compétition en petits groupes.	Exploiter des lancers d'objets légèrement plus gros ou plus lourds.	Perfectionner ses lancers.
Courir sur des distances variées et à différentes vitesses.	Explorer la course dans le cadre de différentes situations de jeux à l'extérieur.	Courir avec un partenaire ou contre un adversaire sur de courtes distances ou dans des jeux de poursuite ou de relais.	En petits groupes, faire des sprints. Courir des sprints sur des distances de plus en plus longues.	Poursuivre l'apprentissage du sprint, individuellement ou en petits groupes, en mettant l'accent sur la vitesse.		
Sauter en hauteur et en longueur.	Explorer les sauts en hauteur et en longueur dans le cadre de situations de jeux à l'extérieur.	Exploiter des sauts, sans élan, avec un partenaire ou un opposant.	Perfectionner ses sauts en franchissant des obstacles plus élevés. Améliorer la longueur de ses sauts en variant les techniques d'appel.	Explorer les sauts avec une course d'élan. Exploiter des techniques d'appel.	Développer la constance dans l'exécution de la course d'élan et des techniques d'appel, pour améliorer ses sauts en hauteur ou en longueur. Pratiquer des techniques d'envol et de réception au sol.	Perfectionner ses sauts en hauteur et en longueur.
Démontrer la forme et le rythme appropriés pour le sprint, la course à relais et la course de distance.				Exploiter la technique du sprint en courant à pleine vitesse en ligne droite ou vers une ligne d'arrivée. Apprendre comment passer le témoin dans des jeux de relais; explorer ses capacités dans des courses de demi-fond.	Perfectionner le sprint sur des distances légèrement plus longues; apprendre le passage visuel du témoin dans les courses de relais. Exploiter la course de demi-fond en ajustant le rythme de sa course.	Continuer de perfectionner le sprint et les courses de demi-fond; pratiquer le passage du témoin dans des courses de relais; approfondir le rythme à adopter dans la course de demi-fond.

L'ATHLÉTISME

OBJECTIF	1re année	2e année	3e année	4e année	5e année	6e année
Démontrer les techniques de départ d'arrivée en course.				Explorer le départ debout à un signal. Participer à de petites courses en mettant l'accent sur l'arrivée.	Exploiter le départ debout et l'arrivée.	Développer les habiletés requises pour le départ accroupi. Perfectionner son arrivée.
Courir en franchissant des obstacles de différentes hauteurs.			Explorer la course en franchissant des obstacles peu élevés comme des boîtes, des cannes, des cordes ou des élastiques.	Exploiter la course en franchissant des obstacles peu élevés en mettant l'accent sur la technique de la course.	Explorer le mouvement de la jambe d'attaque et celui de la jambe d'appel.	Exploiter les mouvements de la jambe d'attaque et de la jambe d'appel. Faire des courses de haies en mettant l'accent sur la vitesse et la technique.
Démontrer les techniques de l'élan, de l'appel et de la réception dans les sauts en hauteur et en longueur.					Exploiter la constance dans la course d'élan et dans l'appel lors des sauts en hauteur et en longueur.	Perfectionner la course d'élan et l'appel dans les sauts en hauteur et en longueur.
Améliorer sa condition physique en participant activement et fréquemment à des activités d'athlétisme.	Faire de la course, des sauts et des lancers quotidiennement.	Faire de la course, des sauts et des lancers quotidiennement.	Faire de la course, des sauts et des lancers quotidiennement.	Faire de la course, des sauts et des lancers quotidiennement.	Faire de la course, des sauts et des lancers quotidiennement.	Faire de la course, des sauts et des lancers quotidiennement.
N.B. Les objectifs cognitifs et affectifs pour l'athlétisme apparaissent à la partie II, page 36.						

IV. PLANIFICATION DE L'ENSEIGNEMENT DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE À L'ÉLÉMENTAIRE

En planifiant l'enseignement de l'éducation physique à l'élémentaire, le choix du contenu doit se fonder sur notre connaissance de la croissance et du développement de l'enfant, les modes d'apprentissage de l'enfant et les éléments communs de l'éducation physique.

A. Caractéristiques de la croissance et du développement de l'enfant[1]

L'enseignant doit, dans son enseignement de l'éducation physique, tenir compte des principaux aspects de la croissance et du développement de l'enfant.

1. Les enfants ont un besoin inné d'activité. Il est donc important de maintenir une activité maximale pendant l'ensemble de la leçon. S'il y a des groupes, ceux-ci doivent rester petits, afin de garantir un niveau d'activité élevé.

2. Les enfants mûrissent et se développent à des rythmes différents, et il existe des différences individuelles dans les domaines suivants: niveau de conditionnement physique, habiletés déjà acquises, aptitudes, constitution physique, maturité physique et émotionnelle. Cela suppose que l'enseignant doit toujours vérifier si les enfants sont prêts à acquérir de nouvelles habiletés.

---

[1] **Gymnastique - Une approche aux mouvements,** A.C.S.E.P.R., 1980, page 6.

3. Les enfants sont de constitution souvent différentes; ils n'ont pas tous le même degré de coordination et ils ne font pas tous le même effort pour exécuter les tâches. L'enseignant doit accepter une grande variété de réponses à la tâche imposée. Il doit aussi comprendre que la coordination de l'enfant s'améliore avec l'âge et qu'il est possible, avec le temps, d'exécuter plus efficacement des tâches complexes. De même, on doit s'attendre à ce que l'enfant plus âgé exécute les tâches simples de façon plus perfectionnée.

4. L'aptitude de l'enfant à travailler dans des situations sociales plus complexes s'améliore avec l'âge. L'enseignant doit déterminer si l'enfant est prêt à travailler à deux, ou avec un groupe.

B. Modes d'apprentissage des enfants

L'enseignant d'éducation physique à l'élémentaire s'intéresse tant au "comment" qu'au "pourquoi" de l'apprentissage chez l'enfant. D'une part, certaines habiletés, connaissances et notions, attitudes et valeurs sont apprises sous la direction de l'enseignant. D'autre part, les initiatives de l'enfant (sa curiosité, sa créativité, sa façon de résoudre des problèmes) sont considérées comme tout aussi importantes. Les besoins de chaque enfant peuvent être satisfaits dans ce domaine dans la mesure où l'on comprend les modes d'apprentissage des enfants.

1. Exploration

On fournit à chaque enfant l'occasion d'explorer des activités (expériences guidées) afin de découvrir les solutions possibles. Toute une variété d'actions et de concepts peuvent, ainsi, être abordée.

2. Sélection

L'enseignant aide l'enfant à choisir les réponses appropriées, en utilisant l'observation et la démonstration; il peut modifier l'activité

en introduisant des règles, en limitant l'espace ou en ajoutant de l'équipement. On encourage les enfants plus âgés à devenir plus sélectifs dans les réponses qu'ils choisissent.

3. Répétition

On fournit à l'enfant l'occasion de répéter des activités connues avec des appareils auxquels ils sont habitués, afin d'améliorer la qualité du travail. Les activités sont simples et exécutées individuellement dans les premières années et plusieurs répétitions s'avèrent nécessaires pour développer le niveau d'habileté désiré. Aux niveaux supérieurs, les élèves combinent diverses habiletés et les répètent pour obtenir une meilleure exécution; le travail en petits groupes peut aussi amener d'autres occasions de pratique, permettant à l'enfant d'améliorer sa performance.

4. Consolidation

L'enseignant aide les enfants à consolider leurs apprentissages et à combiner leurs habiletés acquises, en créant des situations d'exploitation et de perfectionnement.

C. Éléments communs du programme

Dans l'enseignement de l'éducation physique, toutes les composantes du programme ont des éléments communs qui fournissent la base du programme. Bien que les activités dans les diverses composantes puissent être fort différentes, les objectifs qui orientent le choix du contenu proviennent des mêmes concepts du mouvement.

1. Prise de conscience du corps

Les mouvements dans chaque composante comprennent des déplacements et des actions, impliquant le corps tout entier comme marcher, courir, se balancer et glisser.

2. Prise de conscience de l'espace

Chaque composante exige que les enfants utilisent l'espace efficacement, seul ou avec d'autres. Par exemple, ils peuvent prendre conscience de l'espace, en contrôlant leurs mouvements dans différentes directions, à différents niveaux et en suivant différents parcours.

3. Énergie

La qualité d'un mouvement, ou le "comment le corps se déplace", s'obtient en variant la vitesse, la tension (mouvement fort ou léger) et l'exécution (saccadée ou maintenue).

4. Relations

Un mouvement s'accomplit en relation avec du matériel ou des personnes. Lancer, faire rebondir et attraper un objet amènent une relation avec les objets. Les situations de coopération, ou de compétition collective, développent la relation avec les autres.

D. L'enfant exceptionnel

En éducation physique, ce terme générique inclut les enfants surdoués, ceux qui sont lents à apprendre, les obèses, les malentendants et ceux qui ont des problèmes perceptivo-moteurs. Il est possible d'intégrer ces enfants aux cours d'éducation physique. Tenant compte des modes d'apprentissage de l'enfant et des méthodes qui favorisent l'approche individualisée, l'enfant est encouragé à répondre aux activités et aux problèmes proposés par l'enseignant. Le but est d'amener l'enfant à offrir sa meilleure performance dans les limites de ses propres capacités. Cette approche permet à tous les enfants de réussir, la notion de réussite étant ici définie par rapport à l'enfant lui-même et à sa façon de résoudre les problèmes proposés par l'enseignant.

De cette façon, l'enfant exceptionnel peut tirer assurance et satisfaction de ses performances. L'éducation physique pourrait, alors, constituer un cadre

unique pour l'enfant exceptionnel, lui permettant de gagner la reconnaissance de ses pairs, dans une ambiance ouverte et tolérante.

E. Planification annuelle

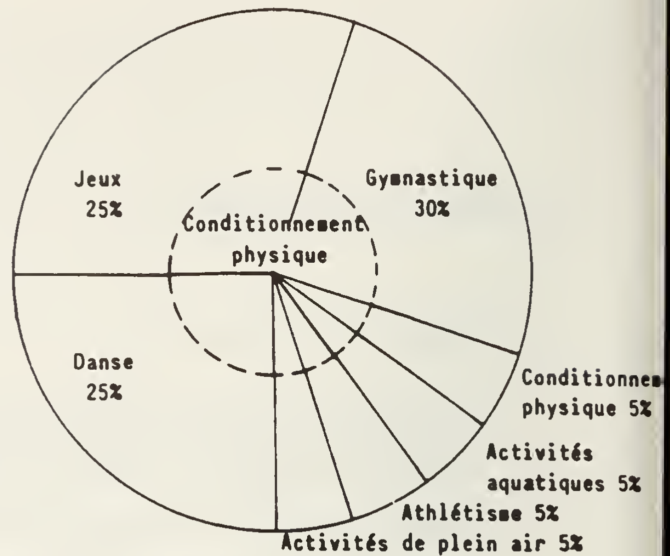
1. Équilibre du programme

Un programme d'éducation physique équilibré devrait faire partie intégrante du programme total de l'école. L'école doit d'abord décider quelle proportion du programme scolaire sera consacrée à l'éducation physique. Un minimum de 90 minutes par semaine est recommandé.

Le programme d'éducation physique doit être lui-même équilibré et devrait comprendre les sept composantes déjà mentionnées: un programme composé de jeux seulement ne constituerait pas un programme d'éducation physique équilibré. Le choix consciencieux des activités et des méthodes d'enseignement proposées dans la liste des ressources pédagogiques, devrait permettre la réalisation des objectifs des sept composantes du programme. D'autre part, l'éducation physique n'est pas seulement le développement des habiletés motrices. Il doit y avoir équilibre dans le développement des habiletés motrices, de la condition physique, des connaissances, des attitudes et des valeurs. Enfin, le programme doit tenir compte de l'importance du temps consacrés aux cours obligatoires, à l'intramural et au parascolaire, tout en se rappelant qu'à l'élémentaire, l'accent sera mis sur les cours obligatoires.

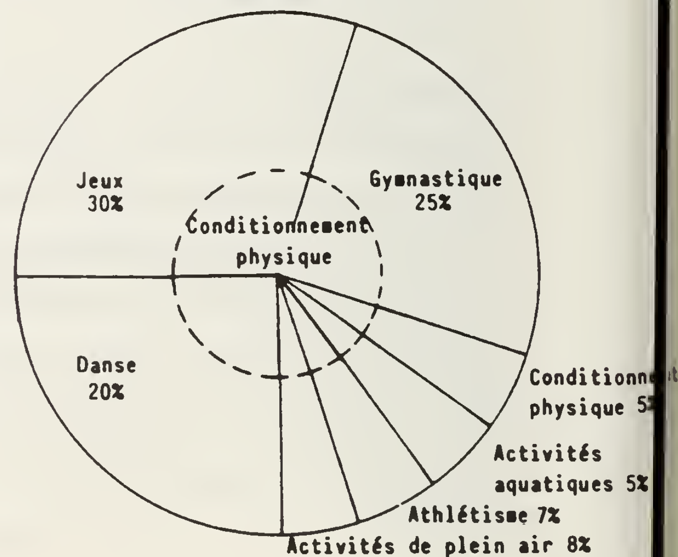
Le tableau de droite nous donne un exemple d'un programme d'éducation physique équilibré, de la première à la troisième année. Il est à noter que le temps consacré à chaque composante n'est pas nécessairement identique. Il faut, aussi, noter que les pourcentages mentionnés ici le sont à titre indicatif seulement, pour donner une idée de l'importance relative que l'on devrait accorder à chaque composante du programme.

PREMIER CYCLE



Le programme d'éducation physique équilibré pour la 4e, 5e et 6e année n'est pas très différent de celui de la 1re, 2e et 3e année. Il est à noter que le temps passé en danse ou en gymnastique est repris en faveur des jeux, des activités de plein air ou de l'athlétisme. Comme dans le cas du programme pour la 1re, 2e et 3e année, un programme équilibré n'implique pas que le même temps soit consacré à toutes les disciplines.

DEUXIÈME CYCLE



2. Considérations générales concernant la planification

Le programme d'éducation physique d'une école élémentaire n'est pas nécessairement identique à celui d'une autre école. Plusieurs facteurs influencent l'organisation et l'administration du programme et, de ce fait, la valeur accordée à chacune des composantes. Ces facteurs diffèrent d'une école à l'autre; chaque programme est donc unique. Ces facteurs sont:

- le personnel
- l'horaire
- les objectifs de l'école
- les installations disponibles
- la politique de l'école
- le transport
- le budget
- l'acquis des enfants
- les facteurs socio-économiques
- le milieu avoisinant
- la proximité d'installations hors-campus
- le nombre d'enfants par classe
- le groupement des enfants

3. Répartition des activités au cours de l'année

Il y a différentes façons de répartir les leçons de chaque composante. Nous présentons ici trois ensembles de répartition: le système par blocs intensifs, le système par alternance et le système combiné.

- Le système par blocs intensifs

Le système par blocs intensifs permet de développer de façon approfondie un thème ou une idée, en gymnastique par exemple. En consacrant un bloc de temps, disons deux semaines, sur un thème de gymnastique, les élèves ont l'occasion de bien se familiariser avec ce

thème de façon continue. Ce système permet, aussi de réduire les contraintes pratiques telles que l'installation et le rangement des appareils. Les appareils de gymnastique peuvent ainsi être laissés en place pendant cette période. Le climat (les saisons) impose souvent l'utilisation de ce système. Ainsi, pour les activités de plein air telles que le ski de fond et la raquette, ce système convient très bien. La disponibilité des équipements et des installations (skis, piscine, etc.) impose, aussi, l'utilisation d'un tel système.

Exemple de répartition par blocs intensifs:

septembre	- jeux, conditionnement physique
octobre	- gymnastique, activités de plein air
novembre	- danse
décembre	- jeux
janvier	- gymnastique
février	- danse, activités de plein air
mars	- jeux
avril	- gymnastique, activités aquatiques
mai	- danse, conditionnement physique
juin	- athlétisme, activités de plein air

- **Le système par alternance**

Le système par alternance (alternant les composantes selon les jours) ajoute de la <u>variété</u>, tout au long de l'année. Ce système permet un apprentissage continu dans toutes les composantes, tout au long de l'année, et contribue à maintenir, tant chez l'enseignant que chez les enfants, un niveau d'intérêt, d'habileté, de connaissances et d'attitudes dans chacune des composantes. L'enseignant découvrira souvent un facteur de <u>continuité</u> à l'intérieur même de chaque composante et entre les composantes (la gymnastique et la danse, par exemple, ou les jeux et l'athlétisme), de sorte que des concepts ou thèmes généraux peuvent être explorés au cours d'une même période de temps.

Exemple de répartition par alternance:

Septembre à juin	- jeux: 1 leçon par semaine	
	- gymnastique: 1 leçon par semaine	
	- danse: 1 leçon par semaine	
	- activités de plein air	
	- conditionnement physique	leçons alternées au besoin
	- activités aquatiques	
	- athlétisme	

- **Le système combiné**

Ce système de répartition pourrait bien offrir à l'enseignant les avantages des deux systèmes précédents. Un thème est exploité de façon intensive dans une période de temps, mais durant cette même période des leçons dans d'autres composantes sont aussi enseignées, de sorte que l'enseignant et les enfants peuvent tirer profit de la variété, de la continuité et du contact fréquent avec ces composantes.

L'emploi de ce système de répartition des activités sera influencé par des facteurs tels que les cours qui ont lieu ailleurs qu'à l'école, les cours enseignés en dehors du gymnase, les cours exigeant un équipement spécial (skis), et les leçons nécessitant un déplacement de la classe (natation). L'enseignant peut aussi mettre l'accent sur une composante pendant une semaine comme la gymnastique, par exemple: les cours de gymnastique auront lieu deux ou trois fois pendant cette semaine, les appareils restant en place du mardi au jeudi et les autres cours de la semaine pourront être consacrés à d'autres composantes (danse, jeux).

EXEMPLE DE RÉPARTITION SELON LE SYSTÈME COMBINÉ:

Septembre — JEUX — 3 leçons par semaine - Conditionnement physique - 1 leçon par semaine - Athlétisme - 1 leçon par semaine	**Février** — ACTIVITES DE PLEIN AIR — 3 leçons par semaine - Jeux - 1 leçon par semaine - Gymnastique - 1 leçon par semaine
Octobre — GYMNASTIQUE — 3 leçons par semaine - Jeux - 1 leçon par semaine - Danse - 1 leçon par semaine - Activités de plein air - au besoin	**Mars** — JEUX — 3 leçons par semaine - Gymnastique - 1 leçon par semaine - Danse - 1 leçon par semaine - Activités de plein air - au besoin
Novembre — DANSE — 3 leçons par semaine - Jeux - 1 leçon par semaine - Gymnastique - 1 leçon par semaine	**Avril** — DANSE — 3 leçons par semaine - Jeux - 1 leçon par semaine - Gymnastique - 1 leçon par semaine
Décembre — JEUX — 3 leçons par semaine - Gymnastique - 1 leçon par semaine - Danse - 1 leçon par semaine	**Mai** — ACTIVITES AQUATIQUES — 3 leçons par semaine - Jeux - 1 leçon par semaine - Gymnastique - 1 leçon par semaine - Conditionnement physique - au besoin
Janvier — GYMNASTIQUE — 3 leçons par semaine - Jeux - 1 leçon par semaine - Danse - 1 leçon par semaine	**Juin** — ATHLETISME — 3 leçons par semaine - Jeux - 1 leçon par semaine - Conditionnement physique - 1 leçon par semaine - Activités de plein air - au besoin

4. Activités intramurales et parascolaires

Les activités intramurales font partie intégrante d'un programme complet d'éducation physique. Les activités intramurales se composent de ligues, de tournois, de rencontres, d'événements spéciaux, de clubs et d'activités libres.[2]



PREMIER CYCLE

Au premier cycle, il est possible que les enfants soient prêts à aborder des activités simples dans le cadre du programme intramural. On doit, alors, leur

[2] **Intramurals in Elementary School,** Canadian Intramural Recreation Association and Calgary Board of Education, 1980.

fournir l'espace de jeu et l'équipement nécessaires à plusieurs types d'activités et les encourager à participer à une grande variété d'activités, adaptées à leur âge et à leurs besoins. Ces activités informelles devraient cependant se faire sous la surveillance du personnel enseignant.

DEUXIÈME CYCLE

A ce niveau, le programme intramural devrait être la continuité des cours d'éducation physique. Il devrait se composer de jeux préparatoires, permettant de pratiquer les habiletés de base en petits groupes compétitifs ou coopératifs, soit celles de la gymnastique, de la danse, du conditionnement physique, d'événements spéciaux et de l'athlétisme. Les enfants devraient pouvoir choisir librement leur activité; leur imposer la participation à l'intramural pourrait entraîner chez eux une attitude négative à l'égard de l'activité physique.

Un programme parascolaire, hautement compétitif, peut être mis en place à l'école sous certaines réserves. Lorsque les activités deviennent trop compétitives, la tendance est de se spécialiser et de concentrer les efforts sur l'amélioration de la performance des enfants les plus habiles. L'école élémentaire doit plutôt encourager les enfants à participer à une grande variété d'activités physiques, en dehors des cours. Ces activités doivent mettre en application diverses habiletés, apprises lors des cours d'éducation physique. Des activités compétitives, comme celles d'un club ou d'une journée de jeux, amènent les enfants à participer par plaisir et par défi personnel, tout en permettant un plus haut niveau de développement d'habiletés motrices.

F. Considérations générales dans la planification des unités d'enseignement

Une unité d'enseignement fait le lien entre le programme tel qu'il apparaît dans le guide et l'enseignement d'une leçon. L'enseignant planifie les unités d'enseignement de façon à mettre en pratique les buts et les objectifs du programme d'éducation physique à l'élémentaire, en un ensemble d'activités d'apprentissage. L'efficacité de l'enseignant dans sa prise de décisions pour la planification d'unités d'enseignement dépendra de l'usage qu'il fait du présent guide pédagogique dans l'accomplissement des tâches suivantes:

1. Familiarisation

- L'enseignant devrait se familiariser avec le cadre conceptuel du programme d'éducation physique, qui comprend la raison d'être du programme, son but et la définition de ses composantes.

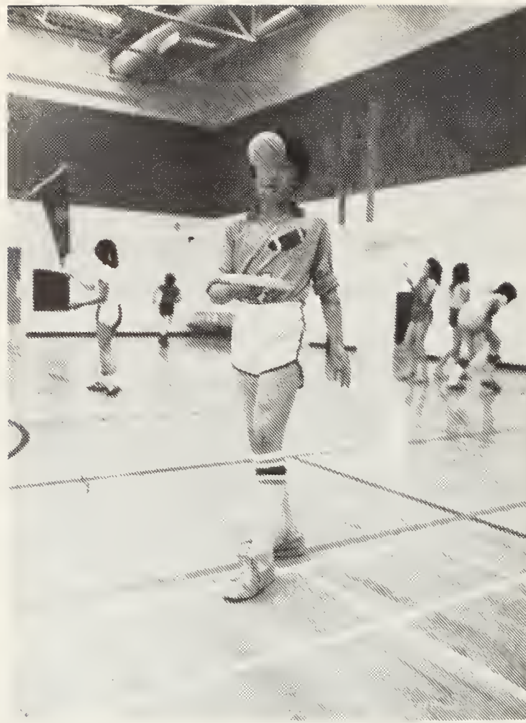
- L'enseignant doit se familiariser avec les objectifs de chacune des composantes, au niveau scolaire où il enseigne.

- L'enseignant doit se familiariser avec l'étendue et la séquence des activités pour chaque composante, au niveau où il enseigne.

- L'enseignant doit enfin connaître les ressources pédagogiques disponibles. (Voir liste à l'appendice B.)

2. Temps alloué

- Le temps alloué à chaque composante doit s'inspirer des suggestions au chapitre concernant un programme équilibré. Il doit aussi prendre en considération le temps alloué par la direction de l'école et de toute autre contrainte dont il doit tenir compte, tout en se rappelant qu'un minimum de 90 minutes par semaine est recommandé.



Les enseignants doivent tenir compte des façons possibles d'utiliser tous les espaces de jeu, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur.



Lorsque la température le permet, les activités peuvent se dérouler à l'extérieur; l'enseignement d'un certain nombre de composantes - jeux, gymnastique, danse - peut y avoir lieu.

3. Évaluation des compétences

- La planification d'une unité d'enseignement doit se baser sur une évaluation préalable du niveau de compétence de la classe et de chaque enfant.

4. Étendue et séquence des activités

- En se basant sur l'évaluation des compétences de la classe au début de l'année, l'enseignant pourra utiliser le chapitre "Étendue et séquence des activités" de ce guide, pour choisir les activités qui seront offertes dans chaque composante du programme.

5. Ressources pédagogiques

- Faisant suite aux décisions prises au cours de la lecture du chapitre "Étendue et séquence des activités", l'enseignant pourra utiliser les ressources pédagogiques identifiées à l'appendice B et choisir des activités d'apprentissage pour chaque leçon. Il est à noter que des ressources pédagogiques nouvelles sont régulièrement identifiées et qu'il faudra vérifier les listes du catalogue du School Book Branch pour se tenir à jour dans ce domaine.

6. Installations et équipement

- Une unité d'enseignement doit être planifiée en fonction de l'équipement et des ressources disponibles à l'école.

7. Évaluation

- Une unité d'enseignement doit contenir un aperçu des critères utilisés pour l'évaluation des enfants.

G. Planification des leçons

La planification générale des leçons est très semblable, d'une composante à l'autre. Chaque leçon comprend quatre parties:

1. Introduction

Cette partie de la leçon consiste, en fait, en une période de transition entre la salle de classe et le gymnase. Les exercices seront vigoureux mais progressifs, exécutés individuellement, et pendant un maximum de cinq minutes.

2. Développement des habiletés

Cette partie de la leçon est consacrée à l'acquisition d'habiletés. C'est dans cette partie de la leçon que s'élabore le vocabulaire du mouvement pour chaque composante. Ce sont généralement des activités individuelles et elles peuvent durer jusqu'à quinze minutes au niveau du deuxième cycle. Au fur et à mesure que les enfants deviennent plus habiles, on réduit cette période de temps.

3. Activité centrale

Le mouvement, ou l'habileté, est mis à l'épreuve. Par exemple, c'est dans cette troisième partie de la leçon que la danse sera créée, qu'on participera à un jeu, ou que des séquences de mouvements seront exécutés sur les appareils. Cette partie de la leçon comprend souvent du travail collectif. Cette partie sera courte au début du programme, mais au fur et à mesure que les enfants deviendront plus habiles, elle deviendra plus importante. En début du deuxième cycle, cette partie durera dix minutes, mais pourra plus tard être augmentée à vingt minutes.

4. Retour au calme

Pendant cette partie, le rythme cardio-vasculaire revient à la normale. Les enfants pourront participer à des activités de relaxation, de détente

ou d'étirement dans une athmosphère calme. Dans les écoles où il y a des douches, l'on encouragera les enfants à en profiter, surtout après des activités où ils ont transpiré.

Exemple d'une leçon

Voici un aperçu d'une leçon de trente minutes:

. **L'introduction**	**3 à 4 minutes**
- activités individuelles - vigoureuses mais progressives; - mène à la partie "développement des habiletés";	- jeu de poursuite, dirigé par l'enseignant; - révision ou préparation en vue du travail qui suit; - l'enseignant, ou un des enfants, initie l'activité.
. **Le développement d'habiletés**	**8 à 12 minutes**
- le thème de la leçon est développé; - peut être relié aux leçons précédentes; - la répétition se fait dans une variété d'activités; - permet une participation maximale; - une progression d'activités permet de satisfaire aux besoins de chaque enfant;	- l'enseignant continue d'aider l'enfant à améliorer la qualité de ses mouvements, en le guidant et en lui posant des questions; - lui donne l'occasion d'avoir du plaisir et de réussir.
. **L'activité centrale**	**10 à 15 minutes**
- consolidation naturelle de la leçon; - les habiletés sont mises en pratique sur les appareils ou avec des accessoires, dans une danse ou dans un jeu;	- l'enseignant continue d'aider l'enfant à améliorer la qualité d'exécution de ses mouvements.
. **Le retour au calme**	**3 à 5 minutes**
- activités de relaxation; - étirements lents;	- musique douce.

Le format du plan d'une leçon doit être flexible, pour bien servir de guide dans l'enseignement des habiletés et des concepts. Il faut donc éviter de prendre un format rigide qui ne peut être modifié. Sachant que nous nous adressons à des enfants, la planification doit être axée sur l'enfant, et non sur la leçon. Elle doit aussi représenter de la variété d'une leçon à l'autre, et à l'intérieur d'une même leçon.

V. MISE EN OEUVRE DU PROGRAMME

A. Méthodes d'enseignement

L'enseignement direct, indirect et avec limitation dans le cadre de l'éducation physique.

Les méthodes d'enseignement sont élaborées à partir de notre compréhension du processus d'apprentissage. L'enfant apprend par imitation, expérimentation, sélection et répétition. Les enfants de tout âge observent et imitent les gestes des autres. C'est au cours de l'exploration et de l'observation que les enfants sont appelés à sélectionner la meilleure façon d'exécuter un mouvement. Une fois la sélection faite, la qualité du mouvement est atteinte par répétition.

L'enseignant doit donc donner aux enfants une certaine latitude dans le choix des activités afin de leur permettre d'imiter, d'explorer, de choisir et de répéter des mouvements; l'enseignant doit suffisamment les guider afin d'assurer une qualité dans l'exécution de leurs mouvements. Les méthodes d'enseignement vont de la méthode directe à la méthode indirecte, en passant par la méthode avec limitation. Cette dernière méthode est la plus utilisée, et elle combine les caractéristiques des deux méthodes, directe et indirecte. Elle peut changer son degré de directivisme selon les circonstances.

ENSEIGNEMENT

Une description sommaire de ces trois méthodes, avec des exemples à l'appui, devrait permettre à l'enseignant de mieux évaluer la pertinence de

chaque méthode pour son groupe d'élèves. Compte tenu des habiletés des élèves, l'enseignant sera maintenant en mesure de choisir les activités qui favoriseront le développement continu et progressif de chaque enfant.

1. Enseignement direct

Dans cette méthode, l'enseignant choisit l'activité et la façon de l'exécuter. Elle est particulièrement utile, lorsque l'activité peut être exécutée par toute la classe ou le groupe et que le but de l'enseignant est d'améliorer la qualité d'exécution d'un mouvement précis. La méthode directe est tout particulièrement valable pour l'entraînement d'un athlète individuel. On devrait l'utiliser modérément lorsqu'on s'adresse à toute la classe, car cette méthode tend à décourager l'indépendance et l'initiative des élèves, et peut conduire à des mouvements stéréotypés ne tenant pas compte des différences individuelles.

Exemples:
- "Étendez-vous sur le dos, les genoux fléchis, les pieds au sol, écartés. Placez vos mains comme si vous vouliez exécuter une roulade arrière, et faites le pont en poussant sur vos mains."
- "Sautez sur place en balançant vos jambes sur le côté et vers l'avant - prêts - allez-y."

Note: Bien que ces mouvements soient bien définis, ils sont présentés de façon informelle, sous forme de dialogue. À l'occasion, l'enseignant pourra d'abord démontrer le mouvement.

2. Enseignement avec limitation

Dans cette méthode, les choix offerts sont limités par certains facteurs, comme le thème de la leçon, une tâche particulière ou un appareil donné. Cette méthode permet de respecter les différences

individuelles, de s'exprimer et elle offre aux enfants l'occasion d'explorer et de découvrir. Tous les enfants sont mis au défi et encouragés à utiliser les appareils désignés, à penser de façon à résoudre le problème qui a été posé et à participer activement, en relation avec le thème fixé. Le cadre, ainsi proposé, leur donne un sentiment de sécurité et l'occasion de prendre confiance en eux-mêmes et de réussir.

En variant et en combinant les méthodes d'enseignement, l'enseignant offre plus d'occasions d'augmenter la variété et la qualité dans le travail des enfants, amenant ainsi plus d'intérêt aux cours.

Exemple: - "Prenez une position quelconque, en prenant appui sur vos mains et vos pieds."

La limitation est, ici, "Prenez appui sur vos mains et vos pieds"; l'enfant peut, ici, exécuter la tâche de plusieurs façons différentes. Une des façons pourrait être le premier exemple décrit à la méthode directe. La valeur de cette méthode est que l'enfant puisse essayer et découvrir, par lui-même, de nombreuses façons différentes d'exécuter l'activité. Il est possible que l'enseignant ait une idée bien précise en tête, mais plutôt que de l'imposer immédiatement à toute la classe, il est préférable de permettre aux enfants d'explorer toutes les possibilités. L'enseignant aura, ainsi, l'occasion de voir plusieurs idées originales en observant la classe, et pourra utiliser une ou deux de celles-ci pour améliorer le mouvement de certains autres enfants. Une des meilleures façons d'utiliser les différentes idées des enfants est de demander aux enfants de démontrer eux-mêmes leur mouvement. La classe pourra discuter de ce qu'elle vient de voir, pour être ensuite invitée, par l'enseignant, à essayer le mouvement.

Exemple: - "Pouvez-vous sauter sur place en bougeant vos jambes en différentes directions?" La limitation est "sauter sur place" et la latitude réside dans les différentes façons de bouger les jambes.

3. Enseignement indirect

Dans cette méthode, les enfants sont libres de choisir une activité de leur choix. L'enseignant a, ainsi, l'occasion de découvrir les préférences des enfants, ce qu'ils aiment et n'aiment pas, et d'évaluer leur apprentissage. Les enfants ont l'occasion de travailler à leur propre niveau et d'obtenir du succès et une satisfaction personnelle.

Cette méthode est particulièrement bonne pour permettre aux enfants de développer la confiance en eux-mêmes, en particulier en ce qui concerne l'utilisation des gros appareils à grimper. Les dangers de cette méthode résident dans le fait que les enfants peuvent se limiter à un mouvement particulier dans leurs activités; des problèmes de discipline peuvent, aussi, se présenter et l'évaluation des progrès n'est pas toujours facile.

Exemples:
- "Montrez-moi une façon de vous recroqueviller."
- "De combien de façons différentes pouvez-vous bouger vos jambes?"

B. Application des stratégies d'enseignement dans les activités de gymnastique et de jeux

- Dans **des activités de saut de cheval,** les dialogues suivants pourraient être utilisés:

Enseignement direct

"Courez jusqu'au cheval, placez les deux mains sur le dessus de celui-ci et projetez vos jambes entre vos bras, pour sauter jusqu'au tapis de l'autre côté."

Note: On peut aussi faire une démonstration du mouvement.

Enseignement avec limitation

"Passez au-dessus du cheval de différentes façons, en prenant appui sur les mains."

Enseignement indirect

"Montrez-moi ce que vous pouvez faire avec le cheval."

- En enseignant **la prise de contact avec un objet mobile,** on pourrait dire:

Enseignement direct

"Gardez le ballon en l'air, en le frappant du bout des doigts au-dessus de votre tête."

Enseignement avec limitation

"Pouvez-vous garder le ballon en l'air, en utilisant seulement vos bras et vos mains?"

Note: Une autre forme d'enseignement avec limitation pourrait être:

"En utilisant n'importe quelle partie de votre corps au-dessus de la taille, gardez le ballon en l'air." Certains élèves pourraient utiliser leur tête pour garder le ballon en l'air. Une démonstration pourrait avoir lieu, et les élèves essaieraient ce mouvement à titre de préparation à une leçon de soccer.

Enseignement indirect

"La leçon porte aujourd'hui sur les ballons; que pouvez-vous faire avec les ballons?"

- Exercices sur **les appareils tels les bancs de gymnastique:**

Enseignement direct

"En prenant appui sur vos mains, déplacez-vous le long du banc, en lançant vos pieds d'un côté à l'autre du banc."

Enseignement avec limitation

"Déplacez-vous le long du banc, en vous appuyant d'abord sur vos mains, et puis sur vos pieds."

Enseignement indirect

"Montrez-moi différentes façons de vous déplacer sur le banc."

La plupart des enseignants n'utilisent pas qu'une seule méthode, mais trouvent que la meilleure solution consiste à associer les trois méthodes. Toute l'étendue des connaissances, des habiletés et des attitudes développées par l'éducation physique et l'hétérogénéité dans les classes, nous incite à croire que les enseignants devraient utiliser plusieurs méthodes d'enseignement.

Selon les résultats désirés, la matière, les styles d'apprentissage des enfants, leur niveau d'habileté et leur nombre dans la classe, l'enseignant peut utiliser plusieurs méthodes dans une seule leçon. Un bon enseignant d'éducation physique aura tout un répertoire de méthodes et les utilisera dans des situations particulières, selon les besoins spécifiques du moment.

C. Variété et qualité des mouvements des enfants

Plusieurs variables peuvent être utilisées par l'enseignant, afin de développer tant la variété que la qualité des mouvements chez les enfants. Il ne faudrait pas oublier de maintenir un certain équilibre entre le travail pour obtenir plus de variété, et celui pour obtenir plus de qualité dans les réponses motrices.

Pour obtenir plus de variété:

a. formuler différemment l'activité

b. faire varier:

- la vitesse
- le parcours
- le nombre de parties du corps utilisées
- les parties du corps nommées
- les parties du corps menant le mouvement
- le niveau
- la position
- l'ordre d'exécution des mouvements
- le matériel
- la disposition du matériel

Pour améliorer la qualité:[3]

a. insister sur la qualité d'exécution de l'exercice

b. enseigner à chacun, en insistant sur:

- la durée - par exemple

  "Mettre plus d'énergie dans l'action."

  "Démarrer plus rapidement."

  "Se déplacer lentement tout en restant en équilibre."

- la tension musculaire requise - exemple:

  "Bloquer les coudes."

  "Être léger sur ses pieds."

  "Rester rigide."

- l'espace personnel requis - par exemple

  "Étirer les jambes vers le haut en pointant les pieds."

  "Ramener les bras et les jambes contre soi."

---

[3] **Gymnastique - Une approche aux mouvements,** A.C.S.E.P.R., 1980, page 15.

Afin d'exploiter au maximum le potentiel des enfants, tant au point de vue de variété que de qualité, l'enseignant doit être attentif et s'impliquer dans toutes les parties de la leçon. Il y a trois façons d'aider les élèves à ce niveau: l'utilisation de questions et de commentaires, l'observation de l'enseignant, et les démonstrations.

1. Utilisation de questions et de commentaires

. **Reformulation de l'activité par l'enseignant**

Reformuler l'activité pour la présenter d'une nouvelle façon. ("En équilibre sur un pied, placez l'autre pied derrière vous ... où pouvez-vous encore placer votre pied libre?")

. **Reformulation de l'activité par l'enfant**

Demandez à un élève de reformuler l'activité dans ses propres mots. ("Jean, dis-moi comment tu peux sauter plus haut?")

. **Commentaires au niveau de la classe**

L'enseignant, remarquant certaines difficultés généralisées, interrompt la classe et précise quelques points.
Exemple: "Il faut essayer de projeter vos mains vers le haut pour faciliter votre saut ... Essayez encore une fois."

. **Commentaires à chaque enfant**

Remarquant des différences individuelles, l'enseignant se déplace d'un enfant à l'autre, en faisant des commentaires et des suggestions, pendant que l'enfant et la classe continuent l'exercice.

. **Utilisation de questions**

Au moyen de questions et réponses, l'enseignant fait ressortir un point particulier, en posant des questions aux enfants sur ce qu'ils viennent de faire. ("Jean, qu'as-tu fait de particulier dans ce dernier saut, qui t'a aidé à sauter plus haut?")

2. Observations

. Observation de la classe

En observant la classe d'une façon attentive, l'enseignant peut déterminer le succès, les progrès et les difficultés éventuelles. Il peut, ainsi, clarifier les activités dans lesquelles la classe, ou certains enfants, ont de la difficulté.

. Observation de chaque enfant

En observant chaque enfant tout au long de l'année, l'enseignant peut voir les progrès de chaque enfant, et peut mieux évaluer.

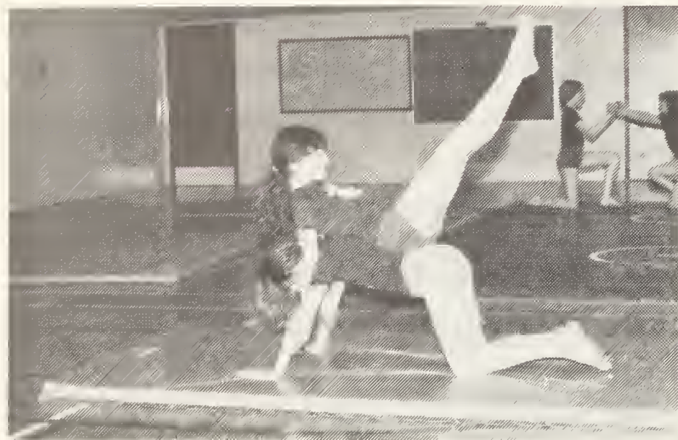
. A quoi l'enseignant doit-il porter attention dans ses observations?

L'observation permet à l'enseignant de pressentir les difficultés qui pourraient surgir dans les domaines suivants:

. <u>La prise de conscience du corps</u>

- Les enfants peuvent-ils maîtriser leur corps, lorsque celui-ci est en mouvement? (exemple: courir de côté et s'arrêter)
- Les enfants peuvent-ils maîtriser des parties spécifiques de leur corps dans différents gestes et mouvements? (par exemple: les bras, les jambes, la tête)
- Les enfants savent-ils où sont les différentes parties de leur corps, par rapport à leur espace personnel, lorsqu'ils adoptent différentes positions, ou sont à différents endroits?
- Les enfants peuvent-ils rester en équilibre (ou immobiles) de plusieurs façons?

L'ENSEIGNANT DOIT OBSERVER LES MOUVEMENTS DES ENFANTS ET LEUR PERFORMANCE DANS LES DOMAINES SUIVANTS:



- la prise de conscience du corps



- la prise de conscience de l'espace



- l'énergie



- les relations avec les autres

. <u>La prise de conscience de l'espace</u>

Les enfants sont-ils à l'aise dans leurs déplacements dans différentes directions, à différents niveaux et en suivant différents parcours?

. <u>L'énergie</u>

Peut-on constater des progrès chez les élèves au niveau de l'utilisation de l'effort, de l'harmonie de leurs gestes, des variations de vitesse et du contraste entre mouvement léger et lourd? Les enfants peuvent-ils exécuter une séquence de mouvements, ou un enchaînement rythmique, à leur niveau de croissance et de développement?

. <u>Les relations avec les autres</u>

Peut-on constater des progrès dans le travail des enfants avec un partenaire ou en groupe, en situation de coopération ou de compétition, à leur niveau de croissance et de développement? Les enfants tirent-ils plaisir de leurs activités, font-ils preuve d'initiative, de liberté et de créativité?

3. Utilisation de la démonstration

La démonstration peut être efficace. Elle est utile pour:

Pourquoi?

- clarifier un exercice donné;
- aider les enfants à voir, pratiquer et apprendre de nouvelles habiletés, observées chez les autres;
- motiver les enfants à améliorer la variété et la qualité de leurs mouvements.

On tirera le maximum d'une démonstration, si les règles suivantes sont suivies:

Comment?

- dire aux enfants ce qu'il faut observer;
- les enfants faisant une démonstration doivent être dans une bonne position;
- la démonstration doit être brève;
- il faut utiliser les démonstrations judicieusement et ne pas en abuser;
- chaque démonstration doit être suivie d'une pratique du mouvement;
- chaque enfant doit avoir l'occasion, à un moment donné, de faire une démonstration.

La démonstration peut se faire par les enfants. Voici quelques façons d'utiliser la démonstration:

Qui?

- d'un enfant à un autre;
- d'un enfant à la classe;
- une moitié de la classe à l'autre;
- la classe observant deux ou trois enfants au cours de l'activité;
- l'enseignant démontre un mouvement, une habileté, une façon possible d'exécuter l'activité. L'enfant observe, puis réagit en posant des questions, en analysant et en exécutant l'activité.

D. Habillement

1. Directives

Les directives suivantes sont présentées, afin de déterminer quel est l'habillement le plus approprié pour un type particulier d'activités physiques:

- l'habillement doit permettre un maximum de liberté de mouvement;
- les chaussures doivent bien assurer le pied;
- l'habillement doit être pensé en fonction de la sécurité;
- les espadrilles doivent être portées pour les activités de plein air et lorsque le terrain est dur ou rugueux, ou lorsqu'il est probable que l'activité sera dangeureuse pour les pieds à cause d'arrêts et de départs vigoureux, de mouvements vifs et/ou de contacts corporels brutaux;
- certaines activités, comme la gymnastique et la danse, peuvent être pratiquées pieds nus; ceci permet une excellente prise de contact au sol, des mouvements ou raffinements souhaités et un meilleur développement du pied et de la jambe. Les enfants peuvent, donc, faire de la danse et de la gymnastique pieds nus lorsque, de l'avis de l'enseignant, les planchers le permettent.
- lorsque le temps et les installations le permettent, on encourage fortement les enseignants à se changer pour enseigner l'éducation physique; il est essentiel de porter des espadrilles ou des chaussures de gymnastique ou d'être pieds nus;
- il est, aussi, souhaitable que les enfants se changent de vêtements pour les cours de gymnastique;
- les enfants devraient apprendre à se changer dans un minimum de temps.

2. Coût

On ne souligne jamais assez que les enfants devraient se changer pour l'éducation physique. Une des meilleures façons de les encourager à se changer, c'est que l'enseignant lui-même donne l'exemple. S'il n'en a

pas le temps, il devrait, tout au moins, changer de souliers. La tenue d'éducation physique n'a pas besoin d'être dispendieuse pour être appropriée. Ceci est particulièrement vrai pour les souliers: de simples souliers en toile sont meilleurs que les espadrilles (joggers) pour les cours d'éducation physique au gymnase. Il est encore tout à fait possible de s'habiller convenablement, à bon compte, pour l'éducation physique.

E. Sécurité

La sécurité de l'enfant, tant au gymnase que sur le terrain de jeux, est la responsabilité de l'enseignant, et celui-ci doit prendre toutes les précautions nécessaires en ce sens. Les facteurs tels que la discipline, l'observation de règlements bien compris, l'équipement et la procédure en cas d'accident, doivent être prévus par l'enseignant s'il veut obtenir la sécurité maximale dans toute leçon d'éducation physique. La présence d'une personne responsable doit, donc, être assurée en tout temps.

1. Discipline

Ambiance calme - Une ambiance calme devrait régner dans toute leçon d'éducation physique. Les règles de conduite en classe restent en vigueur au gymnase, si l'on veut que la leçon d'éducation physique soit efficace. Certaines règles peuvent être modifiées pour mieux s'adapter à la leçon d'éducation physique mais, en général, les règles de discipline en classe s'appliquent, aussi, dans le cours d'éducation physique.

Ceci n'empêche pas l'enthousiasme des enfants de s'exprimer dans le déroulement des activités. La discipline est associée à l'activité et à l'intérêt. Si l'on fournit à l'enfant un maximum d'activités à son niveau d'intérêt, il ne sera pas nécessaire de lui imposer une discipline. De plus, des habitudes bien établies donnent un sentiment de sécurité à l'enfant, et plusieurs

situations qui pourraient amener des problèmes de discipline sont évitées, en conservant ces habitudes dans le fonctionnement de la classe.

2. Sécurité de l'enfant

On doit fournir aux enfants l'occasion de revoir et de pratiquer régulièrement des mesures de sécurité, tout au long de l'élémentaire. L'enseignant pourra tenir compte des facteurs suivants, afin de créer un milieu sécuritaire pour l'éducation physique:

La prise de concience de l'espace est d'une importance capitale pour la sécurité et pour l'acquisition d'habiletés dans les jeux, la gymnastique et la danse. On devrait fournir aux enfants plusieurs occasions de se pratiquer à trouver un espace personnel, se déplacer librement, travailler avec des petits appareils, disposer les gros appareils de façon à avoir suffisamment d'espace, travailler avec des accessoires, ou sur des appareils, avec un partenaire ou un petit groupe.

Les mouvements du corps. L'enfant doit être capable de maîtriser son corps en toute situation. La pratique de cette maîtrise est prévue à l'intérieur des leçons au moyen d'arrêts et départs rapides, de voltiges, de rétablissements sur les pieds après un exercice d'équilibre impliquant différentes parties du corps, et de réceptions avec roulades. Ces techniques devraient se pratiquer en relation avec les exercices au sol tout d'abord, puis associées aux exercices sur appareils.

Attitude. Le facteur "attitude" est presque toujours présent dans les cas d'accident. La peur, une trop grande assurance ou une agressivité non maîtrisées, en sont des exemples. On devrait encourager les enfants à avoir confiance en leurs propres capacités, afin d'apprendre et d'exécuter les tâches demandées. Les accidents sont, aussi, des occasions pour apprendre et développer

le jugement. Un cadre d'analyse visant à découvrir les causes possibles d'un accident et les mesures préventives qui auraient pu le prévenir, devrait être élaboré par chaque élève et l'enseignant.

3. Sécurité de l'équipement

Toujours dans un but sécuritaire, il revient à l'enseignant de s'assurer et de vérifier que:

- tout l'équipement a été convenablement assemblé;
- tout l'équipement a été ajusté à la bonne hauteur pour l'activité;
- l'équipement est bien disposé pour les différentes activités demandées;
- tout l'équipement est sécuritaire -- qu'il est en bon état et fonctionne convenablement;
- l'équipement improvisé est approprié aux activités pour lesquelles il est destiné.

4. Procédures en cas d'accident

Les enseignants devraient connaître les politiques de leur conseil scolaire et les règles à suivre à leur école en cas d'accident.

F. Responsabilités, obligations et droits légaux des enseignants

Tout enseignant se doit de connaître les règlements inscrits dans le **School Act.** La suspension d'un enseignant est prévue dans le cas où le conseil scolaire, pour lequel il travaille, a des raisons de croire qu'il soit coupable d'inconduite flagrante ou de négligence. L'enseignant agit "in loco parentis", et pourrait être tenu responsable des dommages causés à un enfant, lorsque son comportement ne respecte pas les standards de garde, normalement acceptés comme étant raisonnables dans une relation parent-enfant. La "négligence" ne devrait jamais être admise dans un accident, même si l'enseignant se sent responsable. Une telle admission enlèverait toute possibilité de défense dans un procès subséquent.

L'enseignant en éducation physique devrait être tout particulièrement conscient des problèmes suivants:

1. Surveillance inadéquate

Les enseignants d'éducation physique invitent, à bras ouverts, une poursuite en Cour, lorsqu'ils s'absentent de l'endroit où se donne le cours pour une période de temps prolongée. Si les enfants participent à une activité où le danger d'accident augmente, le degré de surveillance doit augmenter proportionnellement.

2. Instruction inadéquate ou inacceptable

Les enseignants doivent prendre le temps de donner des directives claires et adaptées au niveau des enfants, avant de leur donner la permission de s'engager dans toute activité.

3. Négligence dans l'application de règles de sécurité

Lorsqu'un règlement a été adopté par le conseil scolaire, une observation stricte est généralement requise par la Cour. Les enseignants doivent s'assurer que toutes les activités, ou les évènements qu'ils ont l'intention d'organiser, ne soient pas interdits ou limités par des règlements locaux ou provinciaux.

4. Traitement inadéquat des blessures des enfants

Lorsqu'un enfant est malade ou blessé, l'enseignant doit faire le nécessaire pour obtenir les soins médicaux nécessaires, et les parents doivent être prévenus dans les plus brefs délais possibles. L'enseignant, qui a reçu une note d'exemption d'un médecin ou d'un parent, ne doit jamais forcer un enfant à participer au cours d'éducation physique.

5. Conditionnement ou entraînement inacceptable

Lors de l'entraînement ou du conditionnement physique, l'enseignant doit être conscient des capacités des enfants et ne pas dépasser celles-ci.

6. Utilisation d'équipement défectueux ou inadéquat

Les enseignants peuvent être jugés responsables des blessures, causées à un enfant sur ou par un équipement défectueux ou détérioré, au point d'en être dangereux. L'enseignant doit aussi s'assurer que les équipements soient placés de façon sécuritaire, et que les enfants portent des casques protecteurs, ou tout autre vêtement nécessaire à leur protection, que ceux-ci soient bien ajustés et appropriés à l'activité en cours.

7. Omission d'interdire les activités dans des espaces dangereux ou inadéquats

L'enseignant doit s'assurer que le local ou le terrain d'activité soit sécuritaire. Lorsque l'enseignant remarque des obstacles ou des conditions dangeureuses sur ou près du terrain de l'activité, il doit le rapporter à l'administration, éliminer le danger, si possible, et en avertir les enfants.

8. Emploi de personnes non-qualifiées pour surveiller les classes

Les classes d'éducation physique ne devraient jamais être totalement surveillées par des stagiaires, ou tout autre personne non-qualifiée,

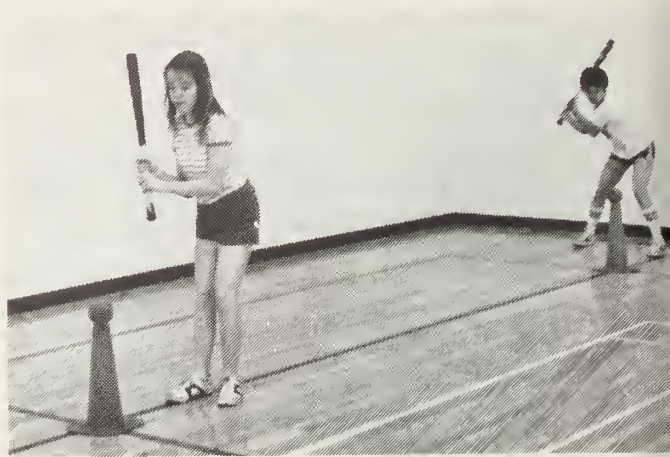
surtout quand il s'agit d'activités qui comportent des risques. Lorsque l'enseignant doit s'absenter, toute activité devrait cesser. L'enseignant demeure la personne responsable; lorsqu'un accident survient sous la surveillance d'une personne non-qualifiée, il s'agit là d'un acte de négligence.

9. Préparation inadéquate de l'enseignant d'éducation physique

L'enseignant, qui désire enseigner ou surveiller une activité qui nécessite des connaissances ou des habiletés spécialisées, doit être qualifié pour ce faire. Les enfants ne devraient pas avoir la permission de participer à ces activités, sans surveillance et direction adéquates.

CHAQUE ENFANT A SES PROPRES NIVEAUX DE PERFORMANCE ET CES DERNIERS DEVRAIENT SERVIR POUR SON ÉVALUATION.







VI. ÉVALUATION

A. Évaluation des progrès de l'enfant

L'évaluation est un processus éducatif qui interprète les résultats obtenus, à la suite d'un acte de mesure. Des objectifs sont établis pour le programme; pour déterminer si ces objectifs ont été atteints, la performance des enfants doit être mesurée. Dans son volume intitulé: The Lifetime Sports-Oriented Physical Education Program, Straub affirme que l'éducation est le processus qui change l'enfant. Nous évaluons afin de découvrir si ce changement a eu lieu. L'évaluation est l'interprétation de l'ensemble des données, recueillies lors de la réalisation des activités, pour déterminer s'il y a effectivement eu des changements chez l'enfant. Une fois cette évaluation faite, il est important de transmettre cette information de façon claire, au moyen de rapports d'évaluation.

Le but de l'évaluation et du rapport d'évaluation est de fournir aux enfants, aux parents et aux enseignants des renseignements au sujet du progrès chez l'enfant quant à ses connaissances, à ses compétences, à ses attitudes et à son développement social.

L'acquisition d'attitudes positives chez l'enfant, à l'égard de l'apprentissage, est essentielle pour atteindre les objectifs. Il faut reconnaître qu'à l'école, de bonnes relations contribuent énormément aux progrès de l'enfant et à son image de soi. Une bonne relation enseignant-enfant crée un milieu d'apprentissage positif.

Une évaluation précise du programme et des progrès des élèves devrait faire partie intégrante du processus éducatif. Ceci ne peut se faire que si le système d'évaluation a été clairement défini. Une fois que les objectifs ont été

déterminés, le programme établi et appliqué, il y a des moyens pour déterminer si ces objectifs ont été atteints. Parmi les méthodes d'évaluation les plus courantes, nous avons: l'observation, l'évaluation du travail des élèves, l'évaluation par l'enfant lui-même, et l'évaluation critériée et normative.[4]

Les objectifs énoncés au chapitre II constituent les normes d'évaluation de l'enfant. Chaque enfant devrait être évalué selon ses propres normes de performance. Par exemple, un enfant qui est incapable d'exécuter des exercices d'équilibre simples au début d'un cours de gymnastique, mais dont les progrès l'amènent à réussir divers exercices d'équilibre par la suite, même simples, aura, selon ses propres normes, réussit et fait des progrès significatifs. Dans le cadre de l'éducation physique, les enfants ne devraient donc pas être évalués par rapport au meilleur élève de la classe, mais plutôt par rapport à leur potentiel maximum, en relation avec chaque objectif.

---

[4] **Evaluation and Reporting in the Physical Program,** Monograph; Curriculum Services (Physical Education), Manitoba Department of Education, Winnipeg, Manitoba, 1982.

1. Évaluation sommative et formative

Il y deux types d'évaluation - sommative et formative. L'évaluation sommative se fait à la fin des apprentissages, alors que l'évaluation formative est une composante du processus d'apprentissage. Voici quelques comparaisons entre ces deux types d'évaluation:

Évaluation sommative	Évaluation formative
1. A quelle distance Suzanne a-t-elle lancé le ballon? 2. Quel est le pourcentage de Suzanne dans les exercices de musculation abdominale (sit and reach)? 3. A-t-elle bien appris à lancer le ballon?	1. De combien de façons Suzanne peut-elle lancer le ballon? 2. Suzanne avait-elle une bonne maîtrise de son corps en lançant le ballon? 3. Son lancer est-il à point? 4. Suzanne a-t-elle fait preuve de flexibilité dans les mouvements de gymnastique? 5. Comment peut-elle améliorer sa flexibilité? 6. De quelle façon Suzanne a-t-elle utilisé son corps dans divers exercices du lancer? 7. Comment Suzanne peut-elle augmenter la distance de ses lancers? 8. Comment Suzanne peut-elle améliorer la précision de ses lancers?

Ces deux types d'évaluation peuvent se révéler utiles, en fournissant des données pertinentes à l'évaluation. L'évaluation sommative est plus traditionnelle, donnant des comparaisons de réussite entre différents groupes d'élèves, et peut mener à l'établissement de normes et de critères de comparaison avec des normes prédéterminées. Les résultats sont utilisés pour déterminer les notes et satisfaire aux exigences de l'école en ce qui a trait aux niveaux de réussite, et pour juger de la performance de chaque élève en comparaison avec la performance générale. Ce type d'évaluation est plus utile au système scolaire qu'à l'enfant. D'autre part, l'évaluation formative se veut une évaluation beaucoup plus axée sur l'enfant. On utilise cette approche quotidiennement car elle fournit des renseignements pertinents sur ce que l'enfant a appris et donne l'occasion d'ajuster la leçon aux besoins de l'enfant. Elle permet à l'enseignant d'évaluer l'enfant en relation avec les ojectifs immédiats.

"Les enseignants d'éducation physique peuvent utiliser ces deux types d'évaluation pour couvrir tous les aspects du programme. Lorsque des données rigoureuses sont requises, l'évaluation sommative est importante. Lorsque des renseignements sur le développement de l'enfant sont requis, l'évaluation formative devient le meilleur choix."[5]

2. Directives concernant l'évaluation

- L'évaluation doit se baser sur les objectifs du programme.

- Les enfants et les parents devraient connaître les méthodes d'évaluation utilisées.

- La procédure d'évaluation devrait refléter les objectifs énoncés dans le plan de l'unité d'enseignement, et devrait être en relation avec le potentiel de l'élève et avec son niveau antérieur de réussite.

---

[5] Ibid, p. 3.

. La procédure d'évaluation devrait se baser sur la politique de l'école et du système scolaire.

3. Forme de l'évaluation

Le système de notation pour présenter les résultats de l'évaluation peut varier: il y a le pourcentage, l'échelle de 1 à 9, la méthode par lettre (A, B, C, etc.), ou les échelles de médiocre à excellent. Une partie réservée aux commentaires de l'enseignant est un aspect particulièrement important, car elle fournit à l'enseignant l'occasion de communiquer des renseignements importants et pertinents aux enfants ainsi qu'aux parents. Voir l'appendice A pour des exemples.

4. Évaluation de la condition physique

Le test "Jeunesse en forme Canada" est un outil qui évalue la condition physique de l'enfant. Il est important de remarquer que ce test est une méthode d'évaluer la condition physique, et qu'il n'est pas un programme de conditionnement physique. Un test comme celui-ci ne devrait donc pas devenir un programme d'éducation physique, mais s'intégrer à la composante "conditionnement physique", qui elle-même fait partie d'un programme équilibré d'éducation physique.

B. Évaluation du programme

Une évaluation continue du programme d'éducation physique sert de base à son amélioration et donnera des indices concernant ses forces et ses faiblesses. Un programme qui réussit doit:

- atteindre les buts et objectifs énoncés dans le Programme d'études élémentaire;
- faire en sorte que les enfants et les enseignants y participent avec plaisir;
- satisfaire aux intérêts et aux besoins des enfants et de l'enseignant.

Voici quelques questions que les enseignants peuvent se poser dans le but d'orienter leur évaluation:

- Y a-t-il une grande variété d'activités physiques au programme?
- Les activités d'éducation physique encouragent-elles le développement, la croissance et l'intérêt des enfants?
- Les leçons d'éducation physique remplissent-elles tous les besoins de tous les enfants (de l'enfant exceptionnel par exemple)?
- Les leçons d'éducation physique favorisent-elles la condition physique?
- Dans le cadre de mon enseignement, puis-je atteindre le but d'une éducation physique quotidienne de qualité?
- Les activités choisies respectent-elles les différences individuelles?
- Y a-t-il des activités supplémentaires offertes qui répondent bien aux besoins des enfants (par exemple: coin de jeu, activités libres avec différents appareils)?
- Les installations et le matériel sont-ils sécuritaires?
- Ai-je utilisé tous les espaces disponibles (tant à l'extérieur qu'à l'intérieur) pour la leçon quotidienne d'éducation physique?
- Y a-t-il suffisamment de matériel disponible pour que chaque enfant puisse en avoir, si nécessaire?
- Les enfants viennent-ils au cours d'éducation physique avec enthousiasme?
- Est-ce que j'aime me rendre au cours d'éducation physique moi-même?

VII. MATÉRIEL

A. Directives concernant l'achat du matériel

Dans cette section, on désire apporter une aide aux enseignants dans le choix de leur matériel d'éducation physique. Voici quelques éléments dont il faudrait tenir compte:

1. Il faut, tout d'abord, considérer les besoins essentiels du programme. Il faut, ensuite, penser à l'achat de matériel supplémentaire qui sera utilisé à la récréation, à l'heure du midi à l'occasion d'activités para-scolaires.

2. Le prix ne devrait pas être le facteur déterminant dans l'achat du matériel. Il faut, aussi, considérer la protection de la personne, la sécurité, la durabilité, la performance et l'entretien de l'équipement.

3. Les autorités scolaires devraient penser à créer une réserve de matériel, d'où les enseignants pourraient emprunter les appareils de gymnastique, ou le matériel nécessaire aux activités de plein air du programme.

B. Liste du matériel suggéré

La présente liste constitue le minimum de matériel requis à chaque école pour la mise en oeuvre du programme. D'autres articles peuvent s'ajouter à cette liste, une fois que le minimum requis a été acheté. De plus, les grandes écoles peuvent avoir besoin d'augmenter les quantités de certains articles, afin de permettre à plusieurs classes de les utiliser en même temps. Dans le cas où il n'existe aucun matériel, il peut être nécessaire de répartir ces achats sur une certaine période de temps. En établissant cette liste, le principe d'un article par

enfant a été utilisé dans plusieurs cas. Ceci est en accord avec la philosophie du programme. Toutefois, pendant la période d'achat initial, on encourage l'enseignant à improviser pour atteindre ce but. A titre d'exemple, le stock de ballons d'une classe pourrait se composer de 10 ballons "nerf", 10 ballons tout usage et 10 ballons de soccer.

ARTICLES	QUANTITÉ
JEUX	
Ballons de tétherball	30
Balles de caoutchouc (bleu, blanc, rouge) - 3"	30
Ballons de plage	15
Balles molles - en cuir	10
- en caoutchouc	30
Ballons tout usage - 5"	30
- 8 1/2"	30
- 10"	30
Balles troués et vides - grosseur balle molle	15
- grosseur de baseball	15
Ballounes "Balloons" - double épaisseur	50
Gros ballon - 42" ou plus	1
Ballons de basket-ball - petits	15
- réguliers	15
Ballons de football - type nerf	15
- junior	10
- senior	5
Ballons de soccer - mousse	30
- n° 4 en caoutchouc	30
- n° 4 en cuir	5
- n° 5 en cuir	5
Balles de type "Cosom" - 5"	30
Balles de type "Jelinek" - 3"	30

ARTICLES	QUANTITÉ
Ballons de volley-ball n° 4 en cuir	20
Ballons éponge	30
Ballons nerf	30
Balles mousse	30
Ballons de hand-ball	30
Ballons lourds (médécinal) - 4 kg	10
- 5,4 kg	10
Balles de paddle-ball	30
Balles de tennis	30
Balles de tennis sur table	36
Chariot mobile à ballons	1
Filets à ballons	3
Pompe à ballons électrique	1
Trousse de réparation de ballon	1
Filets de volley-ball - par terrain	1 ensemble
Poteaux ajustables de volley-ball - par terrain	1 ensemble
Bâton de balle-molle - en plastique	
ou en aluminium 24" - 32"	15 au total
Buts de balle-molle - par terrain	1 série
Monticule du lanceur et marbre - par terrain	1 série
Masque de receveur (taille peewee)	4
Protecteur de poitrine	4
Buts de basket-ball ajustables	1 série
Buts de handball	2 séries

ARTICLES	QUANTITÉ
Buts de soccer	2 séries
Ceinture et drapeaux - football	36
Cuillers (scoops) - en plastique	30
Bâtons de hockey intérieur - 36" - 42"	30
Rondelles en caoutchouc	30
Anneaux de ringuette feutre	30
Filets de hockey intérieur	2 séries
Raquettes paddle-ball - en plastique avec courroies au poignet (quelques palettes légères)	30

Divers	
Câbles à tirer (souque à la corde)	12
Échasses	10 paires
Planches à roulettes	15
Cônes de circulation 18"	30
Sifflets et lanière pour sifflet	6
Panneau indicateur manuel	1
Cordes à danser - courtes	30
- longues	10
Corde tout usage 1/4" diamètre	1 rouleau
Anneaux de deck tennis	10
Frisbees	15
Sacs de fèves - renforcés	30

ARTICLES	QUANTITÉ
Soucoupes en mousse	15
Bâtons - 1 mètre	30
Dossards numérotés - couleurs différentes	4 séries
Foulard	30
Rubans d'identification - 4 couleurs	30
Jeu de drapeau	1
Jeu de fer - plastique	1
Quilles en bois	30
Jeux de pilo-polo	3 jeux de 12
Parachutes - nylon 8,5 m	1

GYMNASTIQUE

Poutre ajustable	1
Bancs suédois	6
Poutres basses	3
Tabourets d'équilibre 4'	2
Planche à chevilles à 12 trous	1
Matelas individuels 61 cm X 1,2 m	30
Matelas 4' X 6', avec bandes velcro aux quatre côtés	20
Formes géométriques - triangles	2
- cercles	2
- carrés	2
- rectangles	2
Plinth caisson droit ou oblique	1
Tremplin (reuther)	1

ARTICLES	QUANTITÉ
Trampolinette (dépendant de l'expertise de l'enseignant)	1
Chariot à matelas	1
Espalier mobile	1
Barre fixe au mur	1
Chevalets avec barres 4' 6"	2
Câbles à grimper 15' à 18'	2
Câbles à noeuds	2
Échelle de corde	1
Échelle horizontale	1

DANSE

Cerceaux en plastique - grands	15
- petits	15
Massues	30
Tourne-disque (ex.: Califone 1155K)	1
Système de son	1
Magnétophone à cassettes	1
Tambour et baguettes pour l'enseignant	1
Tabourine pour l'enseignant	1
Tambour (de bois) à fente pour l'enseignant (boîte rythmique)	1
Triangles	2
Claves (bâtons de rythme)	3
Cymbales	2 paires

ARTICLES	QUANTITÉ
Clochettes	2
Maracas	6 paires
Tambours	3
Tambourines	3
Tambours (de bois) à fente (boîtes rythmiques)	9
Armoire à rangement mobile, en métal	1

PLEIN AIR

Fart	
Bâtons de skis	
Skis de randonnée	réserve du conseil scolaire
Bottes	
Fixations	
Raquettes à neige	30 paires
Attelages	30 paires
Casques protecteurs (hockey approuvés par l'ACNOR)	30
Boussole Silva	30

ATHLÉTISME

Élastiques pour sauts en hauteur	10
Cordes de sauts - fibre synthétique tressée	2
Barres pour sauts en hauteur	2
Montants pour sauts en hauteur	2 ensembles
Bâtonnets (Lumni)	60

ARTICLES	QUANTITÉ
Blocs de départ de course	6
Matelas, fosse de saut en hauteur	1 par site
Haies élémentaires ajustables	12
Butoir du cercle d'élan	1
Disques - intérieurs	4
- extérieurs	4
Poids	8
Chronomètres	4
Mégaphone	1
Ruban à mesurer - 10 mètres	1
- 5 mètres	1
Chaux	1 sac
Marqueur de lignes à la chaux	1
Râteau	1
Balais	1
Pistolet de départ	1

DIVERS

Compresses glacées - boîte de 16	1
Trousse de premiers soins (portative)	1
Balance	1
Règlements (pour toutes les activités)	

C. Matériel de fabrication locale

Les écoles, désirant confectionner leur propre matériel, devraient consulter la publication suivante:

Improvised Playthings, by Margaret Ellis and A. Brian Nielsen, Edmonton, University of Alberta Press, 1980.

D. Planification des installations

Les conseils scolaires, prévoyant la construction de nouvelles installations ou la réfection d'installations déjà existantes, pourront consulter la publication, A Guide to Planning of Physical Education Facilities in Alberta Schools, Revised Edition, Edmonton, Health and Physical Education Council of the Alberta Teacher's Association, 1979.

VIII. APPENDICES

APPENDICE A

RÉFÉRENCES POUR LE BULLETIN

Le bulletin à envoyer aux parents devrait refléter le rendement de l'enfant à plusieurs points de vue. Les exemples qui sont donnés ci-dessous ne sont que cela: des exemples. Ils sont tantôt très larges et tantôt très étroits en ce qui concerne les objectifs du programme. Il est de la responsabilité de l'enseignant de décider du degré de rendement exigé d'après les objectifs visés et l'enseignement donné.

L'enseignant pourra utiliser la terminologie suivante pour refléter le rendement de l'enfant.

L'enfant a fait preuve: d'observation
d'exploration
d'exploitation
d'amélioration
de perfectionnement
de créativité

1. Habiletés motrices

- Au niveau de la maîtrise de ses mouvements.
- Au niveau du rythme dans les activités de danse.
- Au niveau de la marche (coordination des bras et des jambes; équilibre naturel; déplacement du poids; port droit; marche en ligne droite).
- Au niveau de la course (corps légèrement penché vers l'avant, rythme et mouvement régulier; les deux jambes étant également utilisées; réception talon-pointe).

- Au niveau des sauts (utilisation des bras, ex.: vers l'arrière lors de l'élan et vers le haut une fois lancé; élan et réception sur un pied, élan sur un pied et réception sur deux pieds, élan sur deux pieds et réception sur un pied; sauts sur place; divers sauts à la corde).
- Au niveau du sautillement (élan et réception sur le même pied; flexion de la cheville, de la hanche; peut utiliser un pied ou l'autre; peut se déplacer à cloche-pied en ligne droite, à gauche, à droite; bras utilisés correctement).
- Au niveau du sursaut (peut passer d'un pied à l'autre; suivre différents parcours; garder son équilibre, se déplacer dans différentes directions; aisance du mouvement, synchronisation et opposition des bras et des jambes).
- Au niveau des roulades (différentes roulades, bonne technique: menton rentré, poids sur les mains, diverses finales; séquences de roulades, démontrant la continuité).
- Au niveau de l'équilibre (sur différents points d'appui (parties du corps), pendant 3 secondes ou plus; peut étirer ses membres et son corps, peut prendre et quitter une position d'équilibre).
- Au niveau des appuis (transfert de poids): faire la roue, roulade avec plongeon.
- Au niveau des lancers (techniques du lancer du poids et du disque, synchronisation et opposition des membres; utilisation des deux mains; lancer de tout le corps au lieu des bras seulement; maîtrise du mouvement, précision et force du lancer; différents types de lancers: par en dessous, sur le côté, lancer de précision en courant).
- Au niveau de la réception d'une balle ou d'un ballon (à deux mains, de la main droite, de la main gauche; maîtrise de la balle ou du ballon; mouvement de recul pour amortir la réception, doigts étendus; facilité et maîtrise du mouvement; position correcte du corps pour recevoir un ballon; réception de différents lancers bas ou hauts).
- A frapper de la main (élan régulier et direct du bras; déplacement du poids au moment de frapper; peut frapper indifféremment des deux mains,

synchronisation et opposition des membres; contact franc avec l'objet, mouvement du corps et des bras; rotation du corps).

- A frapper avec un instrument (élan régulier et direct, déplacement du poids au moment de frapper, peut frapper indifféremment des deux mains, synchronisation et opposition des membres, contact franc avec l'objet, mouvement d'ensemble des bras et du corps, rotation du corps).
- Au niveau des bottés et jeux de pieds au soccer (balancement de la jambe depuis la hanche; synchronisation et opposition des membres; peut botter dans toutes les directions; immobile ou en mouvement, des deux pieds; aisance du mouvement, peut botter un ballon immobile ou en mouvement, peut recevoir et immobiliser le ballon tout en gardant son équilibre, des deux pieds indifféremment).
- Au niveau de la prise de conscience du corps (prise de conscience de toutes les parties du corps; synchronisation de différentes parties du corps, d'un côté à la fois, ou des deux ensemble, peut adopter des positions mettant en jeu tout le corps; peut effectuer une torsion du corps, se plier et étirer son corps; peut adopter des positions symétriques et asymétriques).
- Au niveau de l'énergie (mouvements rapides et lents; peut utiliser l'accélération et la décélération, ainsi que le poids - mouvements lourds ou légers; peut faire un mouvement soudain et soutenu lorsque deux parties du corps se croisent).
- Au niveau de la conscience de l'espace (peut utiliser tous les niveaux, toutes les directions, toutes les trajectoires dans ses mouvements; extension des membres dans l'espace personnel, ex.: près, loin, au-dessus, devant, derrière; progrès dans la notion et l'utilisation de l'espace général).
- Au niveau des relations avec les autres (peut pratiquer le rapprochement et l'éloignement, l'exécution simultanée d'exercices, peut répéter ou imiter les gestes d'un partenaire, faire le miroir).

2. Conditionnement physique

- Au niveau de la posture (assis, debout, en marchant).
- Au niveau de la maîtrise des points d'appui.
- Au niveau de la persévérance lorsqu'un exercice demande de l'endurance.
- Au niveau du développement musculaire des jambes, du dos et des muscles abdominaux.
- Au niveau de l'endurance musculaire (peut répéter certains exercices comme sauter à cloche-pied, faire des sauts, etc., pendant de longues périodes).
- Au niveau de la course (vitesse).
- Au niveau de l'endurance musculaire (peut répéter certains exercices comme sauter à cloche-pied, faire des sauts, etc., pendant de longues périodes).
- Au niveau de la coordination oculo-manuelle ou oculo-pédestre (oeil/main, oeil/pied).
- Au niveau de la force musculaire (peut supporter son propre poids en suspension).
- Au niveau de l'endurance cardio-pulmonaire (peut rester en mouvement pendant des périodes de temps suffisamment longues). Note: Les enfants se dépensent normalement par à-coups, et il ne faut pas s'attendre à ce qu'ils puissent courir pendant de longues périodes de temps. Un enfant est probablement en progrès, lorsqu'il retrouve sa respiration normale après deux ou trois minutes de course.
- Au niveau de la force musculaire (peut utiliser sa force musculaire rapidement).
- Au niveau de l'agilité (aptitude à se déplacer dans différentes directions, tout en faisant montre d'équilibre, de rapidité et de maîtrise).

3. Attitudes et jugement

- Au niveau de la discipline personnelle.
- Au niveau de l'aptitude à prendre et à attendre son tour.
- Au niveau de l'aptitude à assumer un rôle (chef ou équipier).
- Au niveau de l'intérêt démontré pour les autres.
- Au niveau de l'enthousiasme, de la générosité et de la tolérance.
- Au niveau de la courtoisie et de l'intérêt à collaborer au bien commun.
- Au niveau de la loyauté envers un partenaire ou un groupe.
- Au niveau de la sympathie exprimée pour les enfants moins doués, ou lorsqu'un enfant se fait mal ou se blesse.

4. Connaissance et compréhension

- L'enfant comprend les activités qu'on lui présente (suit les instructions et comprend correctement l'enseignant).
- L'enfant connaît les règles des activités au gymnase (jeux, danse, gymnastique, règles et habitudes de l'enseignant).
- L'enfant connaît les différentes danses enseignées et leurs pas.
- L'enfant sait compter les points dans un match.
- L'enfant sait évaluer l'espace, la distance et la direction.
- L'enfant fait preuve de créativité.

APPENDICE B

RESSOURCES PÉDAGOGIQUES

1. Ressources de base pour l'enseignant/l'enseignante

1re - 3e ANNÉE

1. **Gymnastique - Une approche aux mouvements.** ACSEPR. 1979.

2. **Parcours d'orientation, premier niveau.** ACSEPR. 1980.

3. **Jeux - de la maternelle à la troisième année.** ACSEPR. 1980.

4. **Danse folklkorique.** ACSEPR. 1980.

5. **Je danse mon enfance.** France Bourque - Moreau. Fédération Loisirs - Danse du Québec. 1980.

6. **Allons jouer dehors.** P. Desrosiers, M. Tousignant, M. Céré. Éditions du Pélican. 1979.

4e - 6e ANNÉE

1. **Gymnastique - Une approche aux mouvements.** ACSEPR. 1979.

2. **Parcours d'orientation, premier niveau.** ACSEPR. 1980.

3. **Danse folklorique.** ACSEPR. 1980.

4. **Je danse mon enfance.** France Bourque - Moreau. Fédération Loisirs - Danse du Québec. 1980.

5. **Allons jouer dehors.** P. Desrosiers, M. Tousignant, M. Céré. Édition du Pélican. 1979.

6. **Jeux de relais.** ACSEPR. 1980.

7. **Jeux d'apprentissage du soccer.** ACSEPR. 1980.

8. **La handball et l'enfant de 9-12 ans.** Ambroise Preira. Fédération québécoise du handball olympique. 1983.

9. **Le volley-ball à la portée de l'enfant.** Fédération de volley-ball du Québec. 1984.

2. Ressources recommandées pour l'enseignant/l'enseignante

1re - 6e ANNÉE

Gymnastique à l'école primaire. Karl Koch. Éditions Vigot. 1966.

DISQUES

1re - 3e ANNÉE

Danse créative

Guem et Zappa
Imagination pour l'expression corporelle
Variations musicales pour l'éducation rythmique et motrice - N° 1

Rythmix
Danse créative

Danse folklorique

RCA LPM 1622
RCA LPM 1623
RCA LPM 1624
RCA LPM 1625
Fontana 6499-666
Select SSC-13025
Blue Bird, Folkraft F-1180 A
Bonsoir madame, bonsoir monsieur, Folkdancer MH-1106
Polster Tanc, Folkdancer MH-3034
Ach-Ja, Folkdancer MH-1110
Danse des choux, Unidisc EX 45-280
Le marin, Folkraft F-006
Pierrot la lune, Folkraft F-1198
Bastringlo, Revue EPS 141/13
Chibreli, Unidisc EX 45-316
Meunier tu dors 6199035
Savez-vous planter des choux 6199031
A la volette EIE 9100
Gentil Coquelicot 6199034
Nous n'irons plus au bois 6199045
Cadet Roussel 6199047
La Bastringue, Folkdancer MLH-1506
Paw-paw patch, Folkdancer MH-1109
Tanko-Bushi, Folkdancer MH-2010
Bunny Hop, Capital 45-6026
Capitaine Trompeur, Philo Fl-2006
Eins Zwei Drei, Folkraft F-1522
Jingle Bells, Folkraft F-1289
Kannonwalzer, Folkdancer MH-1289
Alley Cat, Dancecraft 73304

Hitch-Hiker Dancecraft DC 73304
All American Promenade, Folkraft 1482
Patty Cake Polka, Folkdancer MH 1501
White Silver Sands, GREEN 15006

4e - 6e ANNÉE

Danse folklorique

Philo FL-2006
RCA LPM 1619
RCA LPM 1620
RCA LPM 1621
RCA LPM 1622
RCA LPM 1623
RCA LPM 1624
Folk Dances of French Canada
Galopede, Folkraft F-1331
Hokey-Pokey, Capitol 45-6026
Le bal du Jugon, Worldtone WT-10014
Mexican Waltz, Folkdancer MH-1016
Miteritsa, Folkdancer MH-1016
Troïka, Folkdancer MH-1059
Zemer Atik, Worldtone 10007
Bo-Dodi, IMF LP-5-6
Bourrée à sept sauts, Unidisc EX 45-280
La boulangère, Folkraft F-1091
Thee met Rijst, EPS 141/13
Carnavalito, Folkdancer MH-1130
D'Hammerschmeidsg'selln, Folkraft F-1485
Guhnega, Express X-106
Kasapsho Horo, Folkdancer MH 3054
Krakowiaki, RPC XM-46755
Kanish Family circle, Dancecraft DC 74518

Mayim, Foklkraft 1475A

Pleshavac Kolo, Folkdancer CMH 1009

Alunelul, Folkdancer CMH 1120

Apat-Apat, Folkdancer CMH 2022

Ersho-Kolo, Folkdancer CMH 3020

Kuma Echa, Folkdancer CMH 1150

Jamais le dimanche, Dancecraft 74505

Sweet Kate, Dancecraft 74508

Bossa Nova, Dancecraft 74506

Bow Balinda, RCA LE 3001

Five foot two, Folkraft 1420

Glow Warm, Merit Audio-Visual MAV 1043

Jessie Polka, Folkraft 1093

Lili Marlene, Folkraft 1096

Noble Duke of York, RCA LE 3000

Oh Johnny, Folkraft F 1037

Turkey in the Straw, Folkraft 1067

Varsouvianna, Folkraft 1034

Prière de commander vos ressources pédagogiques du **Alberta School Book Branch** et de vérifier le catalogue du **Alberta School Book Branch** pour les mises à jour des ressources.

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

Programme de conditionnement physique.

On peut obtenir le programme **Jeunesse en forme Canada** en écrivant directement à:

Jeunesse en forme Canada
Condition physique et Sport amateur
365 ouest, avenue Laurier
Ottawa, Ontario
K1A 0X6

Tél.: (613) 996-4510

ACTIVITÉS AQUATIQUES

Programme de natation et de sécurité aquatique de la Croix-Rouge.

En plus des ressources pédagogiques que vous pouvez obtenir du "Alberta School Book Branch", la Croix-Rouge organise des cours de natation et de sécurité aquatique. Prière de vous adresser directement à cet organisme pour organiser vos cours, ou pour obtenir plus renseignements.

APPENDICE C

FILMS POUR L'ENSEIGNANT/L'ENSEIGNANTE

ACCESS a préparé une série de huits vidéos accompagnées d'un manuel, d'un plan d'action et d'autre matériel pour présenter et expliquer le programme d'éducation physique à l'élémentaire. Le tout est en anglais seulement.

Ces huit vidéos consistent en une vidéo qui démontre le programme dans son entier et sept autres vidéos, comprenant une vidéo par composante. Chacune de ces vidéos durent environ 25 minutes.

APPENDICE D

BIBLIOGRAPHIE

1. Alberta Education. **Elementary Physical Education.** Department of Education. Edmonton. 1969.

2. Calgary Public School Board. **P.E.E.R. Project.** Calgary, Alberta. 1977.

3. Calgary Separate Physical Education Project. **Conceptual Approach to Teaching Physical Education.** Calgary Catholic School District. 1977.

4. Clark, S. Stuart, R. **Discipline for the Classroom and School.** Improvement of Instruction Series, Number 11. The Alberta Teacher's Association. Edmonton. 1979.

5. Halton Board of Education. **Primary Physical Education Core Curriculum.** Halton, Ontario. 1976.

6. Keeler, B.T., Harrison, A.K. **Teacher's Rights, Responsibilities and Legal Liabilities.** The Alberta Teacher's Association. Edmonton. 1978.

7. Manitoba Department of Education. **Interim Guide for K-12 Physical Education.** Province of Manitoba. 1980.

8. Ministère de l'Éducation du Manitoba. **Éducation physique, programme-cadre (M-12).** Bureau de l'Éducation française. 1982.

9. North York Board of Education, Physical Education Curriculum. **Guidelines for the Primary Division.** Curriculum Dept. North York, Ontario. 1978.

10. Province of Nova Scotia. **Physical Education in the Elementary School.** Book 1, Levels 1-3. Department of Education. 1975.

11. Province of Nova Scotia. **Physical Education in the Elementary School.** Book II, Levels 4-6. Department of Education. 1976.

12. Province of Saskatchewan. **Physical Education Curriculum Guide, K-12.** Department of Education. Saskatchewan. 1976.


000017870551

